

Главное управление Алтайского края  
по социальной защите населения и  
преодолению последствий ядерных испытаний  
на Семипалатинском полигоне



Краевое государственное бюджетное учреждение  
социального обслуживания  
«Краевой социально-реабилитационный центр  
для несовершеннолетних «Надежда»



Федеральное государственное бюджетное образовательное  
учреждение высшего профессионального образования  
«Алтайская государственная академия образования  
имени В.М. Шукшина»



## ПРОФИЛАКТИКА И КОРРЕКЦИЯ ПОСЛЕДСТВИЙ ЖЕСТОКОГО ОБРАЩЕНИЯ С ДЕТЬМИ И ПОДРОСТКАМИ

*Методические рекомендации*



Бийск, 2014

## Под редакцией

**Т.С. Абакумова,**  
заместитель начальника Главного управления Алтайского края по социальной защите населения и преодолению последствий ядерных испытаний на Семипалатинском полигоне, начальник управления по социальной политике;

**Ю.А. Ковалева,**  
начальник отдела по вопросам семьи, материнства и детства управления по социальной политике Главного управления Алтайского края по социальной защите населения и преодолению последствий ядерных испытаний на Семипалатинском полигоне.

### Авторы-составители:

**Н.Б. Шевченко,** к.п.н., доцент кафедры практической и коррекционной психологии Федерального государственного бюджетного образовательного учреждения высшего профессионального образования «Алтайская государственная академия образования имени В.М. Шукшина (г. Бийск);

**О.Ю. Зорина,** педагог-психолог Краевого государственного бюджетного учреждения социального обслуживания «Краевой социально-реабилитационный центр для несовершеннолетних «Надежда» (г. Бийск);

**И.Ю. Добрынина,** педагог-психолог Краевого государственного бюджетного учреждения социального обслуживания «Краевой социально-реабилитационный центр для несовершеннолетних «Надежда» (г. Бийск);

**А.Е. Дуракова,** педагог-психолог образовательного центра «Классика» (г. Бийск).

### Рецензенты

**Л.А. Мокрецова,** д. п. н., профессор, проректор по научной работе Федерального государственного бюджетного образовательного учреждения высшего профессионального образования «Алтайская государственная академия образования имени В.М. Шукшина (г. Бийск);

**М.А. Алимова,** к. псх. н., доцент кафедры психологии коммуникации и психотехнологии Федерального государственного бюджетного образовательного учреждения высшего профессионального образования «Алтайский государственный университет» (г. Барнаул).

**П 84 Профилактика и коррекция последствий жестокого обращения с детьми в семье [Текст] :** методические рекомендации / авт.-сост. Н.Б. Шевченко, О.Ю. Зорина, И.Ю. Добрынина, А.И. Дуракова. – Бийск, 2014. – 247 с.

Учебно-методические рекомендации раскрывают понятие, виды, формы, признаки и последствия жестокого обращения с детьми со стороны ближайшего социального окружения, а также этапы профилактики и коррекции жестокого обращения.

Представленный материал имеет практическое значение и предназначен для специалистов учреждений социальной сферы, родителей и студентов педагогических вузов.

ББК 84

П 84

© Н.Б. Шевченко,  
О.Ю. Зорина,  
И.Ю. Добрынина,  
А.Е. Дуракова, 2014.

## ОГЛАВЛЕНИЕ

<b>ВВЕДЕНИЕ</b> .....	4
<b>ГЛАВА I. ЖЕСТОКОЕ ОБРАЩЕНИЕ С РЕБЕНКОМ: ВИДЫ, ФОРМЫ, ПРИЧИНЫ И ПОСЛЕДСТВИЯ</b> .....	6
1.1. Сущность понятия «жестокое обращение с детьми» .....	6
1.2. Виды и формы жестокого обращения с детьми и их последствия.....	10
1.3. Характеристика последствий жестокого обращения с детьми со стороны ближайшего социального окружения.....	23
<b>ГЛАВА II. ПРОФИЛАКТИКА И КОРРЕКЦИЯ ЖЕСТОКОГО ОБРАЩЕНИЯ С ДЕТЬМИ СО СТОРОНЫ БЛИЖАЙШЕГО СОЦИАЛЬНОГО ОКРУЖЕНИЯ</b> .....	32
<b>ЗАКЛЮЧЕНИЕ</b> .....	43
<b>СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ</b> .....	44
<b>ПРИЛОЖЕНИЯ</b> .....	48

## ВВЕДЕНИЕ

Насилие над ребенком или жестокое обращение со стороны близких ему людей оказываются причиной многих психологических проблем, которые в дальнейшем могут оказывать влияние на различные сферы жизни человека. Именно тяжестью и разнообразием последствий жестокого обращения с ребенком в семье продиктовано пристальное внимание, которое уделяется этой проблеме в настоящее время.

«Жестокое обращение с детьми – действия (или бездействие) родителей, воспитателей и других лиц, наносящие ущерб физическому или психическому здоровью ребенка». Жестокое обращение не сводится только к избиению. Не менее травмирующими могут быть насмешки, оскорбления, унижающие сравнения, необоснованная критика. Кроме того, это может быть отвержение, холодность, оставление без психологической и моральной поддержки.

Реализация подпрограммы «Детство без жестокости и насилия» включает в себя как работу с детьми, пострадавшими от домашнего насилия и преступных посягательств (в том числе с детьми-свидетелями насилия), так и профилактику жестокого обращения с несовершеннолетними.

Оказание комплексной реабилитационной помощи осуществляется по следующим направлениям:

– *Социально-психологическая* предполагает проведение индивидуальных занятий, групповых (при отсутствии противопоказаний, например, симптомов ПТСР), консультирования несовершеннолетних и представителей их социального окружения.

– *Социально-педагогическая* включает создание благоприятного климата в группе, условий для успешной адаптации в детском коллективе, наблюдение за воспитанниками, работу, построенную в соответствии с рекомендациями педагогов-психологов.

– *Социально-правовая* помощь состоит в подаче заявлений в УВД и прокуратуру о возбуждении уголовных дел, участии в проведении судебно-медицинской экспертизы, следственных действиях и судебных заседаниях.

– *Социально-медицинская* включает медицинский осмотр, при фиксации признаков жестокого обращения сообщение врачу, социальным педагогам; оказание содействия в дополнительных осмотрах и обследовании специалистами, выполнение рекомендаций врачей, наблюдение в динамике.

Реабилитационная деятельность тесно связана с психопрофилактической работой. Профилактика жестокого обращения включает в себя реализацию психологических программ, оказание консультативной помощи, проведение выездных мероприятий, семинаров, консилиумов, сетевых встреч, а также освещение их в СМИ и распространение информационных материалов по теме.

Дети, пострадавшие от насилия и пренебрежения, нуждаются в длительной реабилитационной работе. Она должна концентрироваться на преодолении негативных стереотипов в межличностных контактах и может осуществляться лишь посредством установления безопасных близких, доверительных, конструктивных отношений со взрослыми в ходе целенаправленного и регулярного взаимодействия. Это позволяет детям и подросткам приобрести альтернативный опыт установления социальных контактов и, возможно, изменить образ жизни.

Представленные методические рекомендации включают теоретическое описание проблемы и практическое использование представленного диагностического и методического материала. Диагностические материалы представлены проективными и стандартизированными методиками, анкетами. Методический материал представлен авторскими программами педагогов-психологов И.Ю. Добрыниной, О.Ю. Зориной.

Методические рекомендации предназначены для педагогов-психологов, воспитателей, педагогов социальной сферы, оказывающих специализированную и профилактическую помощь детям и подросткам, подвергшимся жестокому обращению. Также специалистам, родителям, студентам, интересующимся данной проблемой.

# **Глава 1. ЖЕСТОКОЕ ОБРАЩЕНИЕ С РЕБЕНКОМ: ВИДЫ, ФОРМЫ, ПРИЧИНЫ И ПОСЛЕДСТВИЯ**

## **1.1. Сущность понятия «жестокое обращение с детьми»**

Жестокое обращение с детьми представляет собой все многообразие действий или бездействие со стороны окружающих лиц, которые наносят вред физическому и психическому здоровью несовершеннолетнего, его развитию и благополучию, а также ущемляют его права или свободу [16].

Единого определения понятия «жестокое обращение» в настоящее время не существует. В первую очередь, отсутствие такого понятия связано с его юридическим содержанием – оно должно содержаться в национальных законодательствах страны и учитывать этнические, культурные, исторические, религиозные, социальные особенности страны. Кроме того, невозможность составить общепринятое обобщенное определение связана с тем, что жестокое обращение с детьми – сложное социальное явление, отдельные стороны которого изучаются разными науками (социологией, психологией, медициной, уголовным и семейным правом).

Согласно мнению Е.И. Цымбал, жестокое обращение – это причинение вреда ребенку вследствие злоупотребления родителями или лицами, их замещающими, своей властью над ребенком для удовлетворения личных потребностей вопреки интересам ребенка [34].

Т.Я. Сафонова дает более широкое определение данному понятию. Под жестоким обращением с ребенком она понимает любые действия или бездействие со стороны родителей, лиц, их заменяющих, или других взрослых, в результате чего нарушается здоровье и благополучие ребенка или создаются условия, мешающие его оптимальному физическому или психическому развитию, ущемляются права и свобода [27].

В ряде психолого-педагогических исследований определение термина «жестокое обращение с детьми» дается через перечисление его видов. В соответствии с данной точки зрения, жестокое обращение с ребенком – это все формы физического и

(или) эмоционального плохого обращения, сексуальное насилие, отсутствие заботы, пренебрежение, торговля или другие формы эксплуатации, способные привести или приводящие к фактическому ущербу для здоровья ребенка, его выживания, развития или достоинства в контексте отношений ответственности, доверия или власти [4; 30].

Таким образом, несмотря на разницу в определениях, ответственные психологи при раскрытии термина «жестокое обращение» включают в него три обязательных элемента:

- 1) описание деяния (действия или действия и бездействия);
- 2) описание последствий деяния;
- 3) круг лиц, деяния которых рассматриваются как жестокое обращение.

Несколько иной подход характерен для зарубежных исследователей. При определении жестокого обращения с детьми они исходят из того, что одним из основных его последствий считают неспособность к полноценному развитию. Примером такого определения может быть раскрытие термина Д. Гилом. Под жестоким обращением с ребенком он понимает все действия, препятствующие достижению ребенком его физического или психологического потенциала [1].

Термин «жестокое обращение с детьми» впервые был применен во врачебной практике. Связана данная ситуация, прежде всего, с проявлением внимания к телесным повреждениям, которые были причинены ребенку умышленно – так называемым неслучайным повреждениям, которые с медицинской точки зрения являются диагностическими критериями жестокого обращения с детьми [3].

В психологии начало изучения жестокого обращения с детьми было положено в контексте рассмотрения детско-родительских отношений. Позднее особое внимание стало уделяться нарушениям психологического состояния детей-жертв насилия, в связи с чем был произведен ряд исследований, давший начало широкому изучению данной проблематики. Например, было выявлено, что недоношенные дети, которые сразу после рождения помещались для выхаживания в медицинские учреждения и разлучались с матерями, в дальнейшем чаще подвергались жестокому обращению со стороны родителей. На ос-

новании этих выводов был разработан комплекс мер, направленных на недопущение психической депривации новорожденных детей. Еще одним не менее важным выводом, полученным в результате изучения психологами жестокого обращения с детьми, стало признание факта, что жесткое обращение прямо не связано с наличием у родителей психических расстройств и не является прямым следствием негативных социальных факторов (безработицы, бедности, низкого образовательного уровня, плохих жилищных условий и т.п.), а в большей степени опосредуется особенностями личности родителей [6; 13].

Жестокое обращение с детьми является частным случаем насилия по отношению к детям. От других форм насилия жестокое обращение отличают особенности отношений, существующих между ребенком и насильником. О жестоком обращении с ребенком можно говорить лишь тогда, когда насилие совершается родителями или лицами, выполняющими функции родителей (опекунами, попечителями и др.). Эти лица призваны заботиться о ребенке, в силу своего положения они пользуются в его глазах безусловным авторитетом, он доверяет им, должен выполнять их требования. Поэтому в тех случаях, когда указанные лица злоупотребляют своим положением, применяют к ребенку насилие, он лишается поддержки значимых взрослых, не имеет возможности защитить себя, вследствие чего эти действия вызывают более тяжелые последствия, чем насилие со стороны незнакомых лиц. Жестокое обращение родителей с детьми формирует личностей малообразованных, социально дезадаптированных, не имеющих навыков трудиться, создавать семью, быть хорошими родителями. Важным социальным последствием жестокого обращения является воспроизводство самой жестокости. Поэтому раннее выявление фактов жестокого обращения с детьми в семье – это значимый этап профилактики девиантного поведения подростков.

Н.В. Килинская приводит следующие данные. При анонимном исследовании детей разного возраста в нашей стране выяснилось, что 60% родителей используют физические наказания. Среди них в 85% случаев речь идет о порке, 9% – о стоянии в углу, 5% – об ударах по голове, телу и т.д. В ходе опроса было выяснено, что 70–90% родителей шлепают детей дошкольного



возраста. При этом уровень физических наказаний зависит от пола и возраста ребенка [21]. Выделялись следующие виды наказаний: наказания ремнем, пощечины, подзатыльники, избивание случайно попавшими под руку предметами. Основными мотивами применения физического наказания родители считают «разрядку стрессовой ситуации, не зависящей от ребенка». Матери также склонны наказывать детей из-за того, что «ребенок огорчает» их плохой учебной, непослушанием, импульсивным поведением, а отцы наказывают, чтобы «воспитать». Причем любой вид наказания часто сопровождается словесными оскорблениями. Выбор физического наказания многие родители объясняют тем, что их тоже били в детстве, что говорит о проявлении патологизирующего семейного наследования [17].

Приведенные результаты позволяют выделить два фактора, которые приводят к применению физического наказания. Во-первых, это собственные проблемы родителей, напряжение от которых они срывают на детях, и, во-вторых, проблемы, воспринимаемые родителями у ребенка. Таким образом, воспитание в подобных семьях носит характер:

- эмоционального отвержения;
- жестокого взаимоотношения;
- доминирующей гиперпротекции;
- условий повышенной моральной ответственности;
- противоречивого воспитания [5; 9].

Г. А. Каширина основной причиной жестокого обращения с детьми называет фрустрацию, причиной которой могут быть любые препятствия на пути человека к желаемому. Негативные эмоции, образующиеся вследствие фрустрации, которая может осознаваться или не осознаваться человеком, проецируются на другую «мишень» – более безобидную и социально приемлемую. Такой мишенью часто становится ребенок [11].

Чаще всего исследования жестокого обращения с детьми строятся вокруг трех основных теорий:

1) Психиатрическая модель: в центре личность и семейная история родителей. Теория предполагает, что родители, жестоко обращающиеся со своими детьми, больны и требуют психиатрического вмешательства. Многие из них, будучи детьми, сами подвергались подобному обращению. Во взрослом поведении

они воспроизводят насильственные паттерны, которые когда-то применяли к ним.

2) Социологическая модель: жестокое обращение с детьми есть результат трансляции публичных сцен насилия и жестокости по телевидению, в СМИ, в печати. Такие социально-экономические бедствия, как материальное неблагополучие и безработица, лишь усугубляют ситуацию.

3) Ситуационная модель: жестокое обращение с детьми – следствие нарушения характера взаимодействия между членами семьи. Как правило, оно представляет собой злоупотребление силой и властью родителя в отношении какой-либо особенности ребенка, которая ему не нравится [33].

Подводя итог вышесказанному, стоит отметить, что под жестоким обращением с детьми понимается вся совокупность действий, а также бездействие со стороны родителей или лиц, их замещающих, которые наносят вред физическому и психическому здоровью ребенка, его развитию и благополучию, а также ущемляют его права или свободу. Жестокое обращение с детьми широко распространено и проявляется в различных формах. Основными причинами жесткого обращения с детьми можно назвать патологизирующее семейное наследование, нарушения в области детско-родительских отношений, тяжелые жизненные условия, неудовлетворенность родителей жизнью в целом и ребенком в частности.

## **1.2. Виды жестокого обращения с детьми со стороны ближайшего социального окружения**

В отечественной психологии выделяется пять основных видов жестокого обращения с детьми, хотя на практике такая классификация оказывается очень условной. Почти каждый случай жестокого обращения можно рассматривать в качестве комплексного, поскольку нарушение детско-родительских отношений в семье затрагивает все сферы ее существования. Например, эмоциональное насилие не только существует как особый вид жестокого обращения, но и является составной частью всех других видов насилия над ребенком. Условно отнести случай жестокого обращения с ребенком к тому или иному виду позволяет

выявление наиболее травмирующих форм насилия над ребенком, которые определяются по характерным последствиям, выражающимся в эмоциональных, когнитивных, поведенческих, личностных и межличностных нарушениях.

Виды жестокого обращения с детьми:

1. Пренебрежение основными нуждами ребенка;
2. Эмоциональное (психологическое);
3. Физическое;
4. Сексуальное;
5. Комплексное [24].

*Пренебрежение основными нуждами ребенка* – это отсутствие должного обеспечения основных нужд и потребностей ребенка в пище, одежде, жилье, воспитании, образовании, медицинской помощи со стороны родителей или лиц, их заменяющих, в силу объективных причин (бедность, психические болезни, неопытность) и без таковых.

Чаще всего пренебрегают основными нуждами детей родители или лица, их заменяющие: алкоголики, наркоманы, токсикоманы, лица с психическими расстройствами; с низким социально – экономическим уровнем жизни; имеющие хронические заболевания – инвалидность, умственную отсталость; перенесшие жестокое обращение в детстве.

Формы проявления пренебрежения основными потребностями ребенка как вида жестокого обращения:

- оставление ребенка одного на длительное время;
- недостаток надзора: родители часто не знают и не интересуются тем, где ребенок, с кем он, когда вернется, как проводит время;
- недостаточное удовлетворение его потребностей в еде, физической и психологической безопасности, любви, познании;
- недостаточное обеспечение ребенка необходимой медицинской помощью, когда он болен;
- недостаток одежды; одежда, которую носит ребенок, не соответствует сезону;
- невнимание к гигиене: ребенка не моют регулярно, не меняют белье, грязную одежду;

- воздействие эмоционально травмирующих факторов, связанных с семейными конфликтами;
- воздействие нездоровых, деморализующих обстоятельств (алкоголизм родителей, употребление наркотиков) и т.д.;
- родители или занимающиеся воспитанием ребенка взрослые не заботятся о его образовании, причиняют или позволяют причинить вред ребенку [31].

*Жестокое обращение эмоционального (психологического) характера* представляет собой периодическое или постоянное психологическое воздействие родителей или лиц, их замещающих, на ребенка, приводящее к формированию у ребенка патологических черт характера или нарушению психического развития.

Как отмечает Е.И. Цымбал, психологическое насилие является наиболее распространенным видом жестокого обращения с детьми. Тяжесть связанных с ним последствий дает основание считать психологическое насилие основным механизмом, нарушающим психическое развитие ребенка и его социальное функционирование при ненадлежащем поведении родителей.

Признаками психологического насилия над ребенком являются:

- нежелание взрослого утешить ребенка, который действительно в этом нуждается;
- публичное обвинение ребенка, бесконечные обвинения, оскорбления, брань (в том числе и нецензурная) в его адрес;
- отождествление ребенка с нелюбимым и ненавистным родственником;
- перекладывание на ребенка ответственности за неудачи взрослого;
- постоянное сверхкритичное отношение к ребенку;
- открытое признание в нелюбви;
- ненависть по отношению к ребенку, которая не скрывается, а в определенных ситуациях – подчеркивается [9].

Формы проявления эмоционального насилия как вида жестокого обращения с детьми:

1. Игнорирование нужд ребенка – проявляется в неспособности родителей выразить привязанность, любовь и заботу о

ребенке, в лишении его эмпатии, игнорировании потребности в безопасном окружении, поддержки, общении.

2. Отвержение – выражается в публичном унижении ребенка, предъявлении чрезмерных, несоответствующих его возрасту и возможностям требований, публичной демонстрации отрицательных качеств ребенка, постоянном формировании у него чувства стыда и вины за проявление естественных для них эмоций (страх, плач, гнев и т.д.), жесткой, несообразной возрасту критике и т.д.

3. Терроризирование – проявляется в унижении достоинства ребенка, угрозах наказания, побоями, угрозах совершения насилия по отношению к ребенку или тому, кого ребенок любит (по отношению к матери, сестре, брату, домашнему животному), оскорблении ребенка, использовании ненормативной лексики по отношению к ребенку.

4. Изолирование – характеризуется установлением бесосновательных ограничений на социальные контакты ребенка со сверстниками, родственниками или другими взрослыми, ограничением права ребенка на построение собственных взаимоотношений со сверстниками и отсутствием у ребенка права покидать свой собственный дом (например, родители принудительно переводят ребенка на домашнее обучение).

5. Развращение – предполагает создание мотивации к развитию асоциального поведения, включая воровство, проституцию, порнографию, поощрение деструктивного поведения, вовлечение ребенка в употребление алкоголя и наркотиков [17].

*Жестокое обращение с применением физического насилия* представляет собой нанесение ребенку родителями или лицами, их заменяющими, физических травм, различных телесных повреждений, которые причиняют ущерб здоровью ребенка, нарушают его развитие и в крайней степени проявления лишают его жизни.

Существуют характеристики, с помощью которых можно определить семьи, входящие в группу риска по вероятности проявления в них физического насилия по отношению к детям. Среди таких характеристик социально-экономические факторы (недостаток материальных средств, безработица), личностные особенности родителей (психические заболевания, алкоголизм, нарко-

мания, токсикомания), а также нарушенный психологический климат семьи и неадекватные формы детско-родительских отношений (повышенная конфликтность, авторитарный стиль воспитания, чрезмерность предъявляемых к ребенку требований) [4].

Формы физического насилия как вида жестокого обращения с детьми:

- физические наказания, которые используются в качестве дисциплинарных мер, начиная от подзатыльников и шлепков до порки ремнем;
- избиение, нанесение ударов, пощечин;
- прижигание горячими предметами, жидкостями, зажженными сигаретами, в том числе и с использованием самых различных предметов в качестве орудий изуверства;
- вовлечение ребенка в употребление наркотиков, алкоголя, отравляющих веществ или медицинских препаратов, вызывающих одурманивание (например, снотворных, не прописанных врачом);
- попытки убийства ребенка.

По мнению Е.И. Цымбал, факторы риска физического насилия целесообразно объединить в следующие группы:

- социокультурные: отношение к физическому наказанию как допустимому и эффективному средству воспитания, отношение к ребенку как к «собственности» родителей, а не как к самостоятельной личности;
- социально-экономические: бедность, безработица, плохие жилищные условия;
- особенности семьи: нестабильные брачные отношения (частая смена супругов или партнеров), насилие со стороны супруга, развод или вдовство.
- состояние здоровья родителей: плохое состояние здоровья, особенно болезнь матери, уменьшает стабильность семейных отношений, ограничивает адаптационные ресурсы семьи, затрудняет выполнение обязанностей по уходу и за ребенком и его воспитанию. Особо значимо влияние психических расстройств и алкоголизма (наркомании). В Российской Федерации наиболее распространенной причиной жестокого обращения с детьми является алкоголизм;

- состояние здоровья ребенка: проблемы со здоровьем или инвалидность ребенка затрудняют воспитание ребенка, требуют дополнительного времени для ухода за ним;
- недостаточная родительская компетентность: низкий образовательный уровень, недостаточность родительских навыков ограничивают возможности родителей отказаться от использования насилия при воспитании ребенка;
- индивидуальные особенности родителей: молодость, социальная изоляция, наличие судимости за насильственное преступление, перенесенное в детстве жестокое обращение (социальное наследование насилия).

Внутрисемейные факторы риска физического насилия в отношении ребенка многообразны, однако некоторые из них встречаются значительно чаще других. К числу таких наиболее распространенных факторов, способствующих возникновению насилия по отношению к ребенку в семье, можно отнести следующие факторы:

- алкоголизм одного или обоих родителей;
- конфликтные отношения в семье;
- перенесенное родителями в детстве жестокое обращение;
- незрелость родительских навыков.

Приведенные выше факторы риска в практической работе могут использоваться как индикаторы, свидетельствующие о высокой вероятности насилия над ребенком в семье. Однако необходимо учитывать, что жестокое обращение с ребенком является сложным социально-психологическим феноменом, обусловленным совокупностью причин и лишь выявление нескольких фактов риска дает основание с достаточно высокой вероятностью предположить, что ребенок в этой семье может подвергаться жестокому обращению.

В подавляющем большинстве случаев физическое насилие совершается биологическими родителями ребенка или лицами, выполняющими в семье функцию родителя (например, отчим или постоянный сожитель матери). Чаще физическое насилие применяется мужчинами, чем женщинами. Среди допускаявших

физическое насилие к ребенку мужчин, выполняющих функцию родителей, преобладают отчимы и сожители матери.

Таким образом, неблагоприятные (конфликтные) семейные отношения, неполная семья, повторный брак матери или наличие у нее сожителя существенно повышают для ребенка риск стать жертвой физического насилия. Практика зарубежных стран, где существует развитая система социальных служб по защите детей, свидетельствует, что чаще всего о физическом насилии становится известно в результате обращения в эти службы одного из родителей или родственников ребенка, специалистов, работающих с детьми, соседей или знакомых семьи. Как правило, такие сообщения содержат достоверную информацию. Однако сообщения прародителей, других родственников и бывших супругов должны оцениваться осторожно, и нуждаются в более тщательной проверке, поскольку они могут быть продиктованы не заботой о ребенке, а личными неприязненными отношениями с его родителями (одним из них).

В то же время необходимо понимать, что существование длительного конфликта, например, между свекровью и матерью ребенка, не дает оснований автоматически считать вымыслом сообщение бабушки о жестоком обращении с внуком. Подобные сообщения от родственников ребенка зачастую являются единственным источником информации, позволяющим вывить факты жестокого обращения с маленьким ребенком, не посещающим дошкольное детское учреждение; при нанесении ребенку побоев, не требующих оказания медицинской помощи, а также в случаях физического насилия в асоциальных, социально изолированных семьях.

После нанесения ребенку телесных повреждений родители нередко обращаются в медицинские учреждения. В одних случаях это продиктовано раскаянием, в других – необходимостью оказать медицинскую помощь. Совместный приказ Минздрава России № 4 и МВД России № 8 от 09.01.1998 года «Об утверждении инструкции о порядке взаимодействия лечебно-профилактических учреждений и органов внутренних дел Российской Федерации при поступлении (обращении) в лечебно-профилактические учреждения граждан с телесными повреждениями насильственного характера» обязывает лечебно-профилактические уч-



реждения информировать органы внутренних дел обо всех случаях телесных повреждений насильственного характера. Вследствие существования такого приказа в Российской Федерации сообщения медицинских учреждений оказываются основным источником информации о случаях физического насилия.

*Признаки, позволяющие заподозрить физическое насилие*

Телесные повреждения, полученные детьми в результате физического насилия, далеко не во всех случаях имеют очевидно насильственный характер. В таких ситуациях при принятии решения о передаче информации в органы внутренних дел медицинским работникам, специалистам отделений профилактики безнадзорности, специалистом УСОН, школ, ДДУ следует ориентироваться на следующие признаки, позволяющие заподозрить физическое насилие:

- ✚ неоднократность обращения за медицинской помощью в связи с получением ребенком телесных повреждений (значимость этого признака ограничивается тем, что родители могут обращаться в разные медицинские учреждения);
- ✚ несоответствие характера повреждений рассказу родителей об обстоятельствах получения травмы (например, двухлетний ребенок вряд ли может сломать ногу, упав с дерева, поскольку не способен на него забраться), наличие множественных повреждений противоречит объяснению их однократным падением;
- ✚ характер повреждений, свидетельствующий о жестоком обращении, (нельзя объяснить естественными причинами наличие подкожных гематом («синяков») у грудного ребенка или специфических ожогов, возникающих от сигарет, у детей более старшего возраста);
- ✚ выявление у ребенка признаков других форм жестокого обращения, например, сексуального насилия или пренебрежения его основными потребностями;
- ✚ немотивированное промедление родителей с обращением за помощью, особенно в тех случаях, когда тяжесть повреждений требовала экстренного медицинского вмешательства (например, кровотечение, остановленное с

- помощью жгута) или повреждения должны были вызывать у ребенка сильную боль (например, перелом или трещина в кости);
- ✚ неадекватное поведение родителей, стремление уменьшить тяжесть повреждений, имеющихся у ребенка;
  - ✚ наличие у ребенка особенностей поведения, которые могут провоцировать агрессию со стороны родителей (постоянный плач по ночам у грудных детей, плохой аппетит у детей раненого возраста, назойливость, приставание к взрослым у дошкольников, воровство или уходы из дома у подростков);
  - ✚ предъявление родителями к ребенку требований, которые не соответствуют его физическим или интеллектуальным возможностям либо уровню развития (нельзя требовать от двухлетнего ребенка понимания необходимости быстро поесть, потому что его мать опаздывает на работу, капризы маленького ребенка не должны рассматриваться родителями как сознательное стремление досадить им).

Каждый из этих признаков, взятый по отдельности не является специфическим и не позволяет с достаточно высокой вероятностью предполагать насильственный характер полученной ребенком травмы. Однако совокупность из нескольких признаков дает все основания предположить физическое насилие. Далеко не всегда имеется возможность осмотра ребенка для выявления у него телесных повреждений и оценки их характера. Значительно чаще заподозрить физическое насилие над ребенком позволяют имеющиеся у него особенности поведения. Характерные для физического насилия поведенческие нарушения зависят от возраста ребенка. Т.Я Сафонова выделяет следующие психологические и поведенческие нарушения, чаще всего возникающие у детей, подвергающихся физическому насилию.

*Дети младшего раннего возраста (до 3-х лет):*

- ✚ малоподвижность, слабая реакция на внешние стимулы (у грудных детей);
- ✚ боязнь родителей или взрослых;

- ✚ постоянная настороженность;
- ✚ плаксивость, капризность;
- ✚ печальный внешний вид, редкое проявление радости;
- ✚ агрессивность.

*Дети дошкольного возраста:*

- ✚ пассивность, смирение с происходящим;
- ✚ чрезмерная уступчивость, заискивающее поведение;
- ✚ псевдовзрослое поведение;
- ✚ агрессивность;
- ✚ жестокость по отношению к животным;
- ✚ лживость и воровство.

*Дети младшего школьного возраста:*

- ✚ стремление скрыть причину имеющихся у них травм;
- ✚ нежелание возвращаться домой после школы;
- ✚ замкнутость, отсутствие друзей;
- ✚ плохая школьная успеваемость, затрудненная концентрация внимания;
- ✚ агрессивность;
- ✚ воровство;
- ✚ уходы из дома.

*Дети подросткового возраста:*

- ✚ бродяжничество;
- ✚ делинквентное поведение;
- ✚ употребление алкоголя или наркотиков;
- ✚ депрессия, суицидальные попытки.

Н.О. Зиновьева и Н.Ф. Михайлова описывают несколько дополнительных поведенческих признаков, характерных для детей, подвергающихся физическому насилию:

- ✚ общее избегание физического контакта;
- ✚ необъяснимые изменения в поведении (прежде жизнерадостный ребенок теперь постоянно грустен, задумчив, замкнут);

- ✚ ношение одежды, неподходящей к погодным условиям (например, шерстяной свитер с высоким воротником, чтобы скрыть кровоподтеки на теле);
- ✚ отчаянные просьбы ребенка не сообщать родителям о его неудачах (двойки, прогулы, плохое поведение) в школе.

Выявление физического насилия зачастую требует анализа всех сведений о ребенке и его семье. Однако педагоги, врачи, социальные работники не имеют необходимо опыта сбора и сопоставления информации от специалистов, работающих в других учреждениях системы профилактики безнадзорности и правонарушений несовершеннолетних, что зачастую необходимо для достоверного установления факта жестокого обращения с ребенком. Когда речь идет о физическом насилии, прежде всего, специалисту нужно получить точные сведения о времени, месте и обстоятельствах получения травмы. Следует обращать внимание на совпадение рассказа о событии ребенка и родителей, каждого из родителей, а также специалистов, к которым в связи с этим событием они ранее обращались за помощью. При выявлении противоречий необходимо установить их причину. Наличие несовпадений в описании значимых обстоятельств события, которые родители не могут объяснить, свидетельствует о том, что травма была получена ребенком в результате физического насилия. К числу значимых противоречий может быть отнесено отрицание родителями жалоб на боль или изменение поведения ребенка, когда с учетом характера травмы эти нарушения должны были обязательно быть.

Как правило, дети неохотно признаются в том, что родители жестоко обращаются с ними, поэтому объяснениям ребенка обнаруженных у него телесных повреждений насилием со стороны родителей, в большинстве случаев можно доверять. Однако иногда утверждения ребенка вызывают сомнения.

И.А. Алексеева и И.Г. Новосельский выделяют следующие признаки, свидетельствующие о ложности обвинений ребенка:

- ✚ ребенок подчеркивает тяжесть своего состояния, активно стремится вызвать сочувствие и жалость;

- ✚ противоречивость рассказа – ребенок рассказывает о жестком насилии, однако соответствующие телесные повреждения у него отсутствуют;
- ✚ противоречивость поведения – ребенок рассказывает о жестоком насилии, но не проявляет страха перед родителями;
- ✚ наличие психологически понятных причин для оговора родителей (использование обвинений в жестоком обращении для решения спора о месте жительства ребенка при расторжении брака; конфликтные отношения с родителями, стремление избежать наказания за проступок);
- ✚ психическое расстройство или выраженные нарушения личности у ребенка.

Кроме того, о ложности обвинений родителей свидетельствуют чрезмерно общий характер утверждений («...отец меня постоянно бьет, жить с ним невозможно...»), отсутствие эмоциональной реакции при рассказе, невозможность описания какого-либо конкретного случая (время, место и характер действий), дословное совпадение рассказа ребенка с рассказом значимого для него взрослого.

Также как и в случае иных форм жестокого обращения, родители часто отрицают, что имеющиеся у ребенка телесные повреждения являются следствием физического насилия. Однако не только родители-насилтники склонны отрицать неслучайный характер травм. Нередко отрицают факты физического насилия сам ребенок, родитель, не применявший насилия, другие родственники и специалисты, работавшие с этой семьей. Такое отрицание может быть обусловлено искренним заблуждением, нежеланием замечать насилие, неумением правильно оценить ситуацию в семье, а также сознательной ложью. В свою очередь ложь может быть вызвана страхом перед супругом-насилником, полной зависимостью от него, стремлением сохранить семью или собственное материальное благополучие (в двух последних случаях имеет место явная недооценка опасности последствий физического насилия для ребенка).

Следует помнить, что отрицание является одним из наиболее часто используемых механизмов психологической защиты, позволяющим уменьшить остроту эмоциональной реакции на

выявление факта физического насилия по отношению к ребенку со стороны другого супруга. Опасность такой неумышленной лжи заключается в том, что она исключает возможность вмешательства в семью, тогда как сам родитель-ненасильник не принимает эффективных мер в защиту ребенка, поскольку отрицает факт жестокого обращения. Отрицая физическое насилие, родители-насилыники нередко апеллируют к «здравому смыслу». Они утверждают, что не обратились бы за помощью, если бы сами причинили телесные повреждения ребенку. При этом такие родители не замечают того, что их обращение в медицинское учреждение было запоздалым и вынужденным, поскольку самостоятельно они не смогли оказать помощь ребенку.

*Жестокое обращение с применением сексуального насилия или сексуального злоупотребления* – это вовлечение ребенка в действие с сексуальной окраской с целью получения взрослыми сексуального удовлетворения или материальной выгоды. Под это определение подходит любой контакт или взаимодействие, в котором ребенок сексуально стимулируется или используется для сексуальной стимуляции [6].

Под определение сексуальных посягательств, насилия подпадают все виды сексуальных действий: изнасилование, вовлечение детей в сексуальную активность взрослых, разные формы инцестных отношений, развратные действия, вовлечение в занятия проституцией или в создание и (или) распространение порнографической продукции.

Можно выделить комплекс факторов, оценивающих вероятность риска возникновения сексуального насилия в семье. Среди них ведущую роль играют личностные особенности родителей или лиц, их заменяющих (психические заболевания, алкоголизм, токсикомания, наркомания), а также некоторые особенности и нарушения детско-родительских отношений (патриархально-авторитарный уклад воспитания; плохие взаимоотношения ребенка с родителями, особенно с матерью; конфликтные отношения между родителями; чрезмерная занятость матери ребенка на работе; долгое проживание ребенка без родного отца; наличие отчима или сожителя матери) [2].

*Комплексный вид жестокого обращения* подразумевает сочетание различных видов насилия: эмоционального, психологи-

ческого, физического, сексуального, в результате воздействия которого возникают нарушения физического, психического, психосексуального развития и здоровья ребенка, что приводит к деформации личности, появлению отклонений в поведении, затрудняющих его социальную адаптацию. В той или иной степени почти каждый случай жестокого обращения с детьми можно считать комплексным, так как насилие зачастую принимает различные виды, а человек, применяющий насилие, не ограничивается лишь одной его формой. Последствия будут проявляться в зависимости от преобладающего вида насилия и усиливаться за счет сочетания видов насилия:

При доминировании эмоционального насилия, как правило, оказывается давление на интеллект детей, их школьную успеваемость, личностные и межличностные отношения. В результате формируется тип «маленький неудачник».

Если в семье преобладает физическое насилие, то у детей проявляются следующие особенности: острые состояния страха, отсутствие контроля над своей импульсивностью, снижение способности к самовыражению, депрессии, отсутствие доверия, садистские наклонности, антисоциальное поведение [14].

### **1.3. Характеристика последствий жестокого обращения с детьми со стороны ближайшего социального окружения**

Характер и обратимость последствий жестокого обращения во многом определяются возрастом ребенка и повторяемостью травмирующих инцидентов. Поскольку жестокое обращение практически всегда сопровождает ребенка на протяжении долгих лет его жизни в родительской семье, то со временем происходит не нивелирование, а накопление негативных физических последствий [34].

Жестокое обращение относят к самым тяжелым психоэмоциональным травмам, приводящим к развитию посттравматических стрессовых расстройств. Потенциальный риск для детей, связанный с подобным поведением родителей, включает рост вероятности детского психологического дистресса и уровня детской агрессивности, вероятности развития пограничного стресс-

сового расстройства, острого шока, невротических и реактивных, психотических расстройств [28].

Существуют различные типы классификаций последствий жестокого обращения с детьми, в основу которых могут быть положены:

- время проявления последствий,
- сфера, в которой проявляются последствия,
- вид жестокого обращения, вызвавший последствия.

По времени проявления различают ближайшие и отдаленные последствия жестокого обращения с детьми.

К ближайшим последствиям относятся физические травмы, повреждения, а также рвота, головные боли, потеря сознания и другие физические проявления. Также к ближайшим последствиям можно отнести острые психические нарушения в ответ на любой вид агрессии. Как правило, это реакции, проявляющиеся в виде возбуждения, стремления убежать, спрятаться или в виде глубокой заторможенности, внешнего безразличия. Однако в обоих случаях ребенок остро переживает страх, тревогу, гнев.

Среди отдаленных последствий жестокого обращения с детьми выделяются нарушения физического и психического развития ребенка, различные соматические заболевания, личностные и эмоциональные нарушения, социальные последствия [3].

В зависимости от сферы, в которой проявляются последствия жестокого обращения, можно выделить следующие классификационные категории:

1. Нарушения физического и психического развития. Наиболее распространенной формой нарушения физического и психического развития ребенка в результате жестокого обращения с ним является задержка. Для описания случаев задержки физического и психического развития подобного характера зарубежные специалисты ввели специальный термин – «неспособность к процветанию» [32].

Дети, подвергающиеся жестокому обращению, часто отстают в росте и массе от своих сверстников. У них позже формируются такие жизненные показатели, как умение ходить, говорить. Они значительно хуже успевают в школе, чем их одногодки. У таких детей часто наблюдается нервно-психическая симптоматика: сосание пальцев, кусание ногтей, раскачивание. Внешне дети, под-



вергающиеся жестокому обращению, часто имеют нездоровый вид и проявляют признаки гигиенической запущенности – педикулез, сыпи, плохой запах от одежды и тела.

2. Различные заболевания. Заболевания, возникающие у детей в результате жестокого обращения, могут быть специфическими для отдельного вида насилия или психосоматическими, проявляющимися независимо от характера насилия. Например, при физическом насилии специфическими заболеваниями будут являться повреждения частей тела и внутренних органов различной степени тяжести, переломы костей. При сексуальном насилии – заболевания, передающиеся половым путем: инфекционно-воспалительные заболевания гениталий, сифилис, гонорея, СПИД, острые и хронические инфекции мочеполовых путей, травмы, кровотечения из половых органов и прямой кишки.

Среди психосоматических заболеваний, характерных для детей, подвергшихся жестокому обращению, наиболее часто встречаются ожирение или, наоборот, резкая потеря веса, кожные сыпи, аллергическая патология, язва желудка, боли внизу живота. Часто у детей развиваются такие нервно-психические заболевания, как тики, заикание, энурез, энкопрез [12].

3. Психические особенности. Пережитая психическая травма, являющаяся результатом жестокого обращения с детьми, приводит к тому, что их дальнейшее развитие сопровождается определенными личностными, эмоциональными и поведенческими особенностями, отрицательно влияющими на их жизнь.

Дети, подвергшиеся различного рода насилию, сами зачастую испытывают плохо контролируемые вспышки гнева, возникающие без видимой причины, проявляют агрессию по отношению к более слабым: младшим детям, животным. Некоторые из них, напротив, чрезмерно пассивны, не могут себя защитить. И в том, и в другом случае нарушается контакт, общение со сверстниками. В некоторых случаях стремление любым путем привлечь к себе внимание проявляется в виде вызывающего, эксцентричного поведения.

Универсальной и с трудом поддающейся коррекции психологической реакцией на жестокое обращение является снижение самооценки ребенка, которое способствует сохранению и закреплению психологических нарушений, связанных с насилием.

Дети с низкой самооценкой переживают чувство вины, стыда, убеждены в собственной неполноценности. Вследствие этого ребенку трудно добиться уважения окружающих, успеха, общение его со сверстниками затруднено.

Среди детей, подвергшихся жестокому обращению, отмечается высокая частота депрессий, которые проявляются в приступах беспокойства, безотчетной тоски, чувстве одиночества, нарушениях сна. В старшем возрасте, у подростков, могут наблюдаться попытки покончить с собой или завершённые самоубийства.

Кроме того, среди проблем психического характера, к которым приводит жестокое обращение, не последнее место по частоте встречаемости занимают навязчивые страхи, проявляющиеся в навязчивых ритуалах или действиях, эмоциональные проблемы – алекситимия и паралекситимия, речевые нарушения, нарушения двигательных функций, девиантные и делинквентные формы поведения [23].

4. Социальные последствия. Дети, подвергающиеся жестокому обращению, испытывают трудности в социализации: у них нарушены связи с взрослыми, нет соответствующих навыков общения со сверстниками, они не обладают достаточным уровнем знаний и эрудицией, чтобы завоевать авторитет в школе и т.д. Попытки самоутверждения часто приводят их в асоциальную среду, формируют пристрастие к алкоголю, наркотикам, подталкивают к совершению уголовно наказуемых действий. Многие девочки начинают заниматься проституцией. У мальчиков может нарушаться половая ориентация. Зачастую те взрослые люди, которые в детстве подвергались жестокому обращению, впоследствии испытывают трудности при создании собственной семьи и воспитании своих детей [16].

Несмотря на то, что любой вид жестокого обращения с ребенком приводит к тяжелой психологической травме, нарушению физического и психического развития, последствия насилия проявляются в непосредственной зависимости от содержания травмирующих действий. В зависимости от видов жестокого обращения, можно выделить:

– последствия пренебрежения основными потребностями ребенка;

- последствия эмоционального насилия;
- последствия физического насилия;
- последствия сексуального насилия.

Пренебрежение основными потребностями ребенка является сложно диагностируемой формой жестокого обращения. Не сопровождаясь грубым насилием, оно не имеет столь ярко выраженных последствий, как физическое или сексуальное насилие. Однако оно также может приводить к крайне тяжелым последствиям, вплоть до гибели ребенка, особенно если речь идет о маленьких детях. Пренебрежение основными потребностями ребенка приводит к тому, что детство из периода радостного, беззаботного, полного любви и внимания общения с взрослыми, превращается в безрадостное существование, когда ребенок страдает от недоедания, холода, безразличного отношения взрослых и постоянно болеет.

В раннем возрасте характерными последствиями пренебрежения основными потребностями ребенка являются замедленное психическое и физическое развитие, отсутствие гигиенических навыков и навыков самообслуживания. Иногда отставание в психическом развитии по степени выраженности достигает сходства с умственной отсталостью. Разница заключается в том, что при помещении в благоприятную семейную обстановку такие дети быстро достигают возрастных нормативов психического и физического развития. Одним из наиболее ведущих признаков выявления пренебрежения основными потребностями детей считается задержка речевого развития при условии отсутствия органической патологии головного мозга.

В дошкольном возрасте признаками *пренебрежения основными потребностями ребенка* являются отставания в психофизическом развитии в сочетании с эмоциональными нарушениями и расстройствами поведения. Наиболее характерными нарушениями в данном случае являются речевое недоразвитие, гиперактивность, агрессивность, эмоциональная незрелость. Подобные признаки проявляются даже в тех случаях, когда ребенок имеет возможность полноценно удовлетворять свои материальные потребности, но в эмоциональном плане сталкивается с равнодушием и холодностью.

В школьном возрасте отсутствие или недостаток внимания со стороны родителей приводит к низкой успеваемости, пропускам занятий без уважительных причин, нарушениям взаимоотношений с одноклассниками и учителями, агрессивности и правонарушающему поведению. Педагоги определяют причину такого поведения ребенка как социально-педагогическую запущенность. Такие дети имеют трудности в усвоении учебного материала вследствие ограниченных представлений об окружающем мире, несформированности учебных навыков, отсутствия помощи со стороны родителей. Неопрятный внешний вид и другие признаки гигиенической запущенности приводят к низкой популярности среди одноклассников, насмешкам и оскорбительным высказываниям с их стороны.

К подростковому возрасту многие дети, родители которых пренебрегают их основными потребностями, попадают в асоциальную среду, приобщаются к употреблению алкоголя и наркотиков, участвуют в противоправных действиях [33].

Различные формы *психического насилия* вызывают различные ближайшие и отдаленные последствия, которые также зависят от возраста, когда ребенок пострадал от данного вида жесткого обращения. Недостаток или отсутствие эмоциональной близости с взрослым определяет существенные психические и поведенческие расстройства. Наиболее часто встречающимися последствиями психического насилия над детьми являются: отставание в психическом развитии, снижение интеллекта, агрессивность, импульсивность, недостаточная способность к контролю собственного поведения, низкая самооценка и повышенная тревожность, неумение устанавливать доверительные, эмоционально-теплые отношения, трудности в общении со сверстниками.

В большинстве случаев психического насилия имеют место словесные оскорбления ребенка, его негативная оценка со стороны родителей. Неизбежным следствием такой позиции значимых взрослых становится низкая самооценка ребенка. Отсутствие эмоционального контакта с родителями вынуждает его искать альтернативные способы получения эмоций: от бегства в мир фантазий до антиобщественного поведения и агрессии, направленной либо на окружающих, либо на себя. Однако таким путем не всем детям удастся стабилизировать свое эмоциональ-

ное состояние, поэтому у них нередко встречаются аффективные нарушения (депрессия, тревога).

Обобщенным следствием психического насилия над ребенком можно считать его социальную дезадаптацию, важную роль, в становлении которой, играет убеждение ребенка в собственной вине, в том, что причиной насилия было его неправильное поведение.

Для детей дошкольного возраста, пострадавших от психического насилия, наиболее характерны страхи, задержка физического, умственного и эмоционально-волевого развития, беспокойная привязанность, чувство вины, стыда, неврологическая симптоматика (сосание пальца, вырывание волос и т.д.).

К младшему школьному возрасту такие дети подходят с эмоциональной незрелостью, которая проявляется в агрессивности, неустойчивости привязанностей. Дети, страдающие от эмоционального насилия, не успешны в учебной деятельности, что еще приводит к усугублению неуверенности в себе и низкой самооценке.

К подростковому возрасту комплекс проблем увеличивается: могут появиться фобии, депрессии, нарушения самосознания и идентичности. Внешне подобное психическое состояние подростка проявляется в неконтролируемом аффективном поведении, дисгармоничностью в отношениях, школьной неуспеваемостью. Нередко эти дети, вырастая, оказываются плохими родителями, не могут установить эмоционально теплые отношения с собственными детьми [24].

*Физическое насилие* над ребенком ведет к самым разнообразным последствиям, наносит непоправимый ущерб здоровью ребенка. Из 100 случаев физического насилия над детьми примерно 1–2 заканчиваются смертью жертвы насилия. Следствиями физического насилия являются синяки, травмы, переломы, повреждения внутренних органов, а также возникающие в результате жестокого обращения психические травмы.

Последствия физического насилия во многом определяются возрастом ребенка, в котором он пережил жестокое обращение. Для детей дошкольного возраста в данном случае будут характерны различные страхи, беспокойство, чувство беспомощности, отсутствие сопротивления. Возможно наличие аутоэротиче-

ских действий и нервно-психической симптоматики. Часто встречаются задержка психического развития и задержка речевого развития.

Нарушение в эмоциональной сфере имеют место и у детей младшего школьного возраста, подвергающихся физическому насилию. Прежде всего, это страхи, инфантильность, эмоциональная неустойчивость, амбивалентность чувств к взрослым, девиации поведения, агрессия. В учебной деятельности ярко выражены нарушения в познавательной сфере, плохая успеваемость. Ученики младшей школы, подвергающиеся систематическим побоям со стороны родителей, как правило, предпочитают одиночество, проявляют стремление скрыть причину повреждений и травм и ярко выраженную боязнь идти домой после школы.

Характерными последствиями физического насилия по отношению к подросткам являются депрессии, академическая неуспеваемость, нарушение межличностных отношений, низкая самооценка, аутоагрессивное поведение, девиантное поведение [12].

Психологические последствия *сексуального насилия* разделяют на ближайшие и отдаленные. Ближайшие психологические последствия сексуального злоупотребления проявляются:

- эмоциональными расстройствами (сниженное настроение, тревога);
- когнитивными расстройствами (навязчивые воспоминания о случившемся);
- поведенческими (нанесение самоповреждений) и вегетативными расстройствами (нарушение сна и аппетита).

Среди ближайших психологических последствий наиболее распространенными являются эмоциональные нарушения: переживания гнева и злости, страхи, фобии, нарушение базового доверия, замкнутость, депрессии.

К когнитивным нарушениям относятся трудности сосредоточения, повышенная утомляемость, следствием которых у школьников становится снижение успеваемости. У дошкольников возможна задержка психического и речевого развития.

Поведенческие нарушения у детей в значительной мере зависят от возраста ребенка. Так, у детей 3–5 лет они проявляются капризностью и плаксивостью, у детей 6–9 лет – недоверием к взрослым. У детей старше 10 лет – нарушением взаимоотноше-

ний со сверстниками, отсутствием друзей, поскольку в этом возрасте подростки понимают сексуальный характер совершенных с ними действий и считают себя испорченными, вследствие чего не могут установить дружеские отношения со сверстниками. Ребенок, особенно маленький, не всегда осознает эти чувства, однако они отчетливо проявляются в следующих нарушениях поведения:

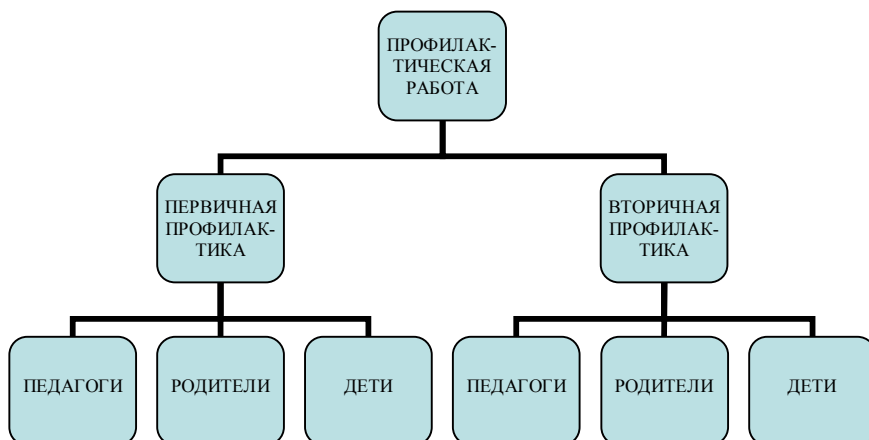
- немотивированные конфликты со сверстниками;
- агрессивное антиобщественное поведение, вандализм;
- «аутоагрессия» – нанесение самоповреждений, употребление психоактивных веществ, суицидальные действия;
- обвинение родителя-ненасильника в предательстве, отвержение родителя.

Отдаленные психологические последствия сексуального злоупотребления развиваются через несколько лет и могут сохраняться как в подростковом, так и в зрелом возрасте, на протяжении всей жизни. Среди них наиболее распространенными являются нарушения сексуального поведения, трудности при воспитании детей, психические расстройства и асоциальное поведение [10].

Таким образом, последствия жестокого обращения с детьми определяются различными факторами: возрастом ребенка, видом жестокого обращения, его частотой. Последствия насилия над ребенком могут проявляться как в ближайшее время после совершению травмирующего действия, так и носить отдаленный характер. Следует подчеркнуть, что любой вид жестокого обращения с детьми нарушает физическое и психическое здоровье ребенка, мешает его полноценному развитию.

## Глава 2. Профилактика и коррекция последствий жестокого обращения с детьми со стороны ближайшего социального окружения

Целью общей профилактической работы является создание условий оптимального психофизического развития детей, предупреждения повторных случаев жестокого обращения с ними и профилактика вторичной травматизации и последствий жестокого обращения.



Профилактическая работа может осуществляться по следующим направлениям:

- диагностическое;
- коррекционно-развивающее;
- консультирование;
- просветительско-информационное.

Выбор формы работы зависит от целевой группы и целей профилактической работы.

С педагогами психолог может проводить в рамках первичной и вторичной профилактики педагогические советы, тематические методические объединения, консультации, ролевые игры и т.п.

Формы работы с родителями в рамках первичной и вторичной профилактики могут быть следующими: классные часы,



круглые столы, родительский клуб, индивидуальные и групповые консультации, досуговые мероприятия, совместная деятельность родителей с детьми (рисование, создание арт-объектов) и т.п. (Приложение 10).

Организации работы с детьми в рамках первичной и вторичной профилактики имеет отличия. При организации вторичной профилактической работы, необходима, в начале, индивидуальная работа с ребенком, а затем включение его в группу. Формами работы с детьми могут быть групповые и индивидуальные занятия, консультации и т.п. (Приложение 8, 9).

Целью коррекционно-развивающей работы является создание условий социально-психологической реабилитации детей, пострадавших от жестокого обращения со стороны ближайшего социального окружения.

Дети, пострадавшие от жестокого обращения, как правило, нуждаются в различных видах помощи: медицинской, правовой, психологической, социальной. В учебно-методическом пособии рассматриваются психологическая и социальная помощь детям, пострадавшим от жестокого обращения со стороны ближайшего социального окружения.

### ***Психологическая помощь***

Психологическая помощь является наиболее важной составляющей при оказании помощи детям, пострадавшим от жестокого обращения. Это связано с тем, что в отличие от соматических последствий жестокости психологические последствия могут длиться достаточно долгое время и влиять на жизнь человека, его эмоциональную сферу, познавательные способности, взаимодействия с окружающими людьми, работоспособность.

Психологическая помощь организуется в три этапа: диагностический этап, коррекционный этап, оценка эффективности проведенной работы.

На диагностическом этапе используются диагностическая беседа, анкеты, опросники, диагностические методики (приложения 1, 2, 3, 4). Диагностическое обследование организуется с ребенком и родителями.

При организации беседы с ребенком, необходимо учитывать следующее.

1. Прежде всего, важно оценить собственное отношение к проблеме, к насилию, и к сексуальному насилию в частности. Взрослый, у которого есть собственные проблемы, связанные с сексуальной жизнью, может столкнуться со значительными трудностями в беседе с ребенком, он с трудом вызовет его доверие и в итоге вряд ли сможет ему помочь. Следовательно, необходимо оценить, имеют ли место какие-либо аспекты феномена переноса.

2. Необходимо обратить внимание на речь ребенка. Часто язык, которым жертва насилия описывает происшедшее, шокирует взрослых, выходит за рамки приличий. Если специалист желает достигнуть поставленной цели, он должен принять язык ребенка и в разговоре с ним использовать те же слова и названия, которые использует сам ребенок. НЕЛЬЗЯ давать две противоречивые инструкции одновременно: говори обо всем, что случилось; не говори неприличных слов.

3. Необходимо собрать информацию о ребенке, его семье, интересах, ситуациях насилия. Во время беседы с ребенком следует использовать только те сведения, которые сообщает сам ребенок, ни в коем случае не оказывая на него давление намеками на то, что специалист «все знает и так».

4. Утверждения, вопросы, вербальные и невербальные реакции взрослого должны быть лишены всякого оценочного отношения.

5. Специалист, который намеревается проводить беседу с жертвой сексуального насилия, должен быть готов затратить на это столько времени, сколько потребуется, иногда это может происходить в течение нескольких часов.

6. Ребенок, как правило, ничего не сообщит о насилии, если беседа с ним будет проходить там, где насилие было совершено. Место, где проводится беседа, должно быть удобным для длительной работы, приятным и комфортным для ребенка.

7. Речь взрослого, тон его голоса не должен быть интимным, а скорее деловым и легким. Также не следует навязывать ребенку усиленный и непрерывный контакт глазами – это может его напугать. Кроме того, важно чутко откликаться на приемлемую для ребенка дистанцию между взрослым и ребенком.

8. Необходимо избегать прикосновений и таких форм телесного контакта, как поглаживание руки, трепание по волосам, прижимание к себе, которые дают хороший эффект при установлении контакта в обследованиях по другим поводам. В данном случае это может напугать ребенка.

9. Во время рассказа ребенка нельзя перебивать, корректировать его высказывания, задавать вопросы, которые предполагают вполне определенные ответы.

10. Нельзя давать обещаний и говорить ребенку «Все будет хорошо», поскольку воспоминания о насилии и, возможно, судебное разбирательство, вряд ли будут приятны ребенку.

При организации психокоррекционной работы с детьми, пострадавших от жестокого обращения со стороны ближайшего социального окружения, используются разнообразные методы и подходы. К числу наиболее действенных относят арт-терапию, песочную терапию, игротерапию и когнитивно-бихевиоральный подход.

В основе когнитивно-бихевиорального подхода лежит представление о том, что мысли, эмоции и поведение человека тесно взаимосвязаны и взаимозависимы между собой, при воздействии на одну из этих сфер происходят изменения в других.

Основные задачи психологической реабилитации детей, пострадавших от жестокого обращения в рамках когнитивно-бихевиорального подхода могут быть сформулированы следующим образом:

1. Помощь ребенку в преодолении эмоциональных, когнитивных и поведенческих последствий травмы. Терапевтическая работа, таким образом, фокусируется на пережитой травме, что является одним из важнейших принципов помощи. Отложить работу с травмой на потом – это худшее, что можно сделать.
2. Создание безопасной терапевтической среды, внутри которой возникают условия для постепенного открытия травмы, что дает ребенку возможность многократно возвратиться к мыслям, разговорам, стимулам, связанным с насилием, пока не уменьшится степень тревоги или другой вид дистресса.

3. Способствование тому, чтобы ребенок распознал и адаптивно выразил все чувства и переживания, связанные с травмой. Понимание и принятие специалистом тяжелых и амбивалентных чувств являются одними из важнейших компонентов терапевтической связи. Это позволяет уменьшить отрицательное влияние пережитой травмы и изменить негативные ожидания ребенка со стороны других, себя самого и мира в целом.
4. Выявление обстоятельств, сопутствующих травме, и ослабление их влияния и их связи с пережитой стрессовой ситуацией. Это повышает способность ребенка говорить о пережитом.
5. Исследование и модификация искаженных когнитивных представлений ребенка о насилии и оказании помощи в формировании адекватных представлений о себе, о ситуации и о других людях. При этом важно донести до ребенка, что вина и ответственность за совершившееся насилие лежит на взрослом.
6. Развитие поведенческих и социальных навыков ребенка, необходимых для взаимодействия с взрослыми и сверстниками (сохранение дистанции, обращение за помощью в сложных случаях и пр.).
7. Поддержание в ребенке уверенности в себе.

Таким образом, реабилитация детей в рамках когнитивно-бихевиорального подхода предполагает последовательную работу на эмоциональном, когнитивном и поведенческом уровнях.

В рамках психокоррекционной работы необходимо проводить работу над эмоциональной сферой ребенка.

#### *Формирование словаря эмоций.*

При формировании словаря эмоций и тренировки навыков эмоциональной экспрессии эффективно использовать пиктограммы, «таблицы чувств», фотографии из журналов, пустые овалы лиц с дальнейшей дорисовкой различных настроений и пр. Основа тренировки словаря эмоций – умение ребенка называть чувства, которые другие люди и он могут испытывать в приятных и неприятных ситуациях.

### *Распознавание эмоций других людей.*

Детям необходимо научиться говорить о чувствах других людей, а уже потом подойти к собственным. Обучение распознаванию чувств, предполагает знакомство ребенка с основными невербальными сигналами – мимикой, выражением глаз, рисунком бровей, рта, оттенками интонации. Дети могут узнать, что первые шаги к пониманию того, как чувствует себя другой человек, – это наблюдение за выражением его лица, визуальными сигналами и понимание интонации. Кроме того, важно научиться спрашивать другого, что он чувствует. Закреплению этого навыка помогают ролевые игры.

### *Распознавание собственных эмоций.*

Важно научить ребенка определять свои собственные чувства и не стыдиться их. Дети, пережившие насилие, вырабатывают защитный механизм дистанцирования от собственных чувств. Важно объяснить ребенку, что нет хороших или плохих чувств, и научить его связывать определенные чувства и определенные события: «Расскажи, пожалуйста, какой-нибудь случай, когда ты испытывал чувство радости (удивления, печали и пр.)...»

При овладении навыком распознавания и вербализации собственных чувств важно чтобы ребенок шел от легких и приятных чувств по направлению к более сильным и тяжелым. Обсуждение таких чувств, как «стыд» и «бессилие», которые напрямую могут быть связаны с пережитым насилием, предполагают наличие у ребенка чувства безопасности в терапевтической ситуации и предыдущий опыт тренировки способов совладания.

### *Развитие эффективных способов выражения эмоций.*

Далее необходимо развивать эффективные способы выражения чувств. После того как ребенок научился понимать и называть собственные чувства, важно спросить, как он справляется с ними, как выражение этих эмоций проявляется в его поведении. Например, можно задавать вопросы такого характера: «Что ты делаешь, когда грустишь?», «Когда последний раз ты испытывал злость? Что ты тогда делал?» Дети могут описывать разные способы, в том числе агрессию по отношению к другим людям и предметам. Важно продемонстрировать ребенку более конструктивные способы выражения гнева, например, в форме игры «Когда ты злишься...». Среди большого числа способов жела-

тельно, чтобы дети освоили наиболее доступные для себя: нарисовать картину, сказать о своих чувствах, обсудить их с кем-то, кому доверяешь, и прочие.

После обсуждения собственной стратегии ребенка психолог или психотерапевт должен подчеркнуть, как важно уметь разделить свои чувства с кем-нибудь. Например, можно сказать ребенку: «Переживать тяжелую ситуацию наедине гораздо труднее, чем если бы ты мог поделиться и обсудить ее с кем-то».

#### *Обучение приемам релаксации.*

Обучение ребенка приемам релаксации и расслабления – одна из составных частей тренировки способов преодоления травмы. Работа с чувствами и мыслями по поводу пережитой травмы может вызвать у детей усиление беспокойства, поэтому необходимо сопровождать занятия релаксационными процедурами – дыхательными упражнениями, последовательным сокращением и расслаблением отдельных групп мышц и т.п. Установлено, что тревога и расслабление – две взаимоисключающие друг друга реакции. Поэтому систематическое использование приемов релаксации обучает ребенка справляться с чувствами страха и тревоги при возвращении к травматической ситуации.

Индивидуальная и групповая психокоррекционная работа должна строиться с учетом результатов углубленного психологического обследования ребенка, при проведении которого используются методики, позволяющие оценить характер и тяжесть психологических последствий перенесенного насилия. Психологическая помощь может оказываться в форме индивидуальных консультаций, семейного консультирования или групповых форм работы (Приложения 1, 2, 3, 4, 5, 6, 7).

Условно выделяют три основных компонента психологической помощи ребенку, переживающему последствия жестокого обращения:

1. Работа с пострадавшим ребенком по преодолению страха, отвращения, ненависти и других переживаний. Часто для ребенка жестокое обращение с ним является настолько травмирующим, что он не в состоянии выразить свои чувства словами. Поэтому в диагностике и реабилитации важно при-

менять элементы игры и творчества: рисование, музицирование т. п.

2. Психологическая работа с ребенком, не привязанная непосредственно к переживаемому событию жестокого обращения, связанная с его отношением к себе, другим людям, собственному будущему, получением позитивного опыта безопасного взаимодействия со взрослыми, часто противоположного тому, который он получает в семье, навыков в разрешении трудных ситуаций, в первую очередь ситуаций домашнего насилия и т. п. (Приложение 9)
3. Работа с ближайшим социальным окружением ребёнка (в первую очередь, родителями) по развитию навыков ненасильственного воспитания, эмоциональной поддержке и эмпатии. Сложности, которые имеются у родителей в отношениях с детьми, супругами и партнерами, как правило, связаны с серьезными психологическими проблемами, часто уходящими корнями в собственное детство родителей. Большей частью эти проблемы не осознаются, и на первый план выдвигаются материальные или ситуационные проблемы.

Работа с родителями должна строиться в зависимости от роли, которую каждый из них играл при совершении насилия над ребенком:

– невинный родитель – не участвовал прямо в насилии, не знал о насилии;

– неспособный защитить – знал или мог предвидеть, что ребенок подвергается жестокому обращению, но оказался неспособным проявить заботу о безопасности ребенка;

– виновный родитель – жестоко обращался с ребенком.

*Задачи работы с невинным родителем:*

– предоставить возможность эмоционально отреагировать на произошедшее;

– мобилизовать внутренние ресурсы для дальнейшей помощи себе и ребенку.

*Задачи работы с виновными и неспособными защитить родителями:*

– выявить мотивы поведения родителей;

– обучить эффективным родительским навыкам;

- помочь родителям осознать собственный травматический опыт, связанный с насилием;
- мотивировать на лечение от химической зависимости, если она имеется;
- выявить психические расстройства и обеспечить доступ к психиатрической помощи.

### ***Социальная помощь***

Социальная помощь заключается в оказании поддержки семьям для разрешения трудной жизненной ситуации, которая явилась фактором жестокого обращения с ребенком, и включает:

- решение вопросов, связанных с жильем;
- повышение материального уровня семьи;
- оформление документов, пособий и льгот;
- помощь родителям в трудоустройстве;
- содействие в наркологической реабилитации при необходимости;
- обучение социальным навыкам.

Особое внимание в работе с семьями, имеющими высокий риск жестокого обращения с детьми, отводится организации досуговой деятельности, которая позволяет структурировать свободное время взрослых и детей. Досуговая деятельность может осуществляться в виде праздников, занятий в кружках, театральных студиях, ремесленных мастерских, экскурсий, посещений театров и музеев, просмотров тематически подобранных кинофильмов и чтением книг с последующим обсуждением, а также игр, занятий спортом, походов, выездов за город и т.п. Данные виды досуговой деятельности создают множество возможностей для влияния на детей и родителей, их семейные отношения. В частности, по отношению к детям посещение досуговых мероприятий позволяет:

- проводить свободное время под присмотром взрослых;
- приобретать и развивать полезные навыки;
- получать положительные эмоции, а при необходимости – помощь и эмоциональную поддержку от специалистов;
- создать относительно безопасное пространство для общения со взрослыми и сверстниками;



По отношению к родителям досуговая деятельность дает возможность:

- увидеть своего ребенка в ситуации успеха и в большей мере почувствовать себя родителями;
- получить поддержку и положительное подкрепление со стороны специалистов учреждений социального обслуживания;
- расширить круг общения, отойти от привычной угнетающей обстановки;
- приобрести навыки ответственного родительства, научиться играть
- и делать что-то вместе с детьми;
- почувствовать себя менее одинокими и отверженными со своими проблемами.

Наиболее важной частью досуга является совместная деятельность детей и родителей при непосредственном участии специалистов, что способствует формированию более близких эмоциональных отношений между детьми и родителями, возвращает детям чувство связи с родителями, ощущение своей необходимости. Задача специалистов в данном случае – помогать разрешать конфликты, отмечать, проговаривать и поощрять успехи обеих сторон (в таких ситуациях родители не меньше детей нуждаются в похвале).

Нередко родителям оказывается полезно общаться не только со своими детьми, но и с детьми других присутствующих родителей. Общение с чужим ребенком зачастую выстраивается легче, чем со своим, потому что оно эмоционально менее заряжено. Наблюдение за тем, как другие взрослые общаются (например, играют, объясняют, показывают, хвалят) с его ребенком, значительно увеличивает репертуар реакций и дает новые возможности в общении. Специалисты, благодаря постоянному контакту с детьми и/или родителями, в ходе досуговой деятельности имеют возможность находиться в курсе отношений между родителями и ребенком и, при необходимости, вовремя принять меры по оказанию им помощи.

Важным условием работы с родителями является их просвещение с социально-правовыми аспектами регулирования жестокости обращения с детьми и подростками (Приложение 11).

Причины и условия возникновения жестокого обращения, последствия для ребенка и семьи носят комплексный характер (медицинский, психологический, социальный и юридический), следовательно, взаимодействовать в профилактике жестокого обращения должны специалисты различных ведомственных структур: образования, медицины, социальной работы, правоохранительных и правозащитных органов. Создание рабочей группы, состоящей из специалистов различных ведомств, позволит добиться положительных результатов в работе, а также повысить эффективность профилактики жестокого обращения с детьми в семье.

## Заключение

Актуальность данной проблемы обусловлена тем, что дети, которые с малых лет подвергаются жестокому обращению и насилию, в какой бы форме оно не происходило, «выпадают» из нормального процесса социализации и лишены необходимых для нормального роста и развития ощущения безопасности, безусловного принятия, поддержки и помощи со стороны родителей.

Согласно концепции «цикла насилия», жестокое обращение в форме физической и эмоциональной жестокости, сексуального насилия, а также пренебрежения способствуют формированию у ребенка агрессивности и склонности к дальнейшему воспроизведению подобных форм поведения в социальных контактах и, в частности, впоследствии по отношению к собственным детям (Curtis, 1963; Spinetta, Rigler, 1972). Поэтому, насилие как способ разрешения проблем и конфликтов передается из поколения в поколение. Таким образом, организация профилактической и коррекционной работы будет способствовать развитию у детей навыков общения в различных жизненных ситуациях со сверстниками, педагогами, родителями; формированию адекватной оценочной деятельности, направленной на анализ собственного поведения и поступков окружающих людей; развитию самоконтроля в отношении проявления своего эмоционального состояния в ходе общения; формированию у детей положительных черт характера, способствующих лучшему пониманию процесса общения.

Эффективными методами и приемами в коррекционной и профилактической работе с детьми и подростками, подвергшимся жестокому обращению являются мягкие психокоррекционные методы: игротерапия, сказкотерапия, арт-терапия, музыкотерапия, куклотерапия и т.д.

Успешность работы зависит от организации профилактической работы с детьми и подростками, также своевременного оказания комплексной специализированной помощи и дальнейшего сопровождения пострадавших от жестокого обращения.

## Список литературы

1. *Арапелова, Г.Г.* Учителям и родителям о психологии подростка [Текст] / Г.Г. Арапелова / М. : Просвещение, 1989. – С. 14 – 19.
2. *Варга, А.Л.* Типы неправильного родительского отношения [Текст] / А.Л. Варга. – М., 1984.
3. *Гранов, Д.* Информирование – первый этап защиты от социально-психологического насилия [Электронный ресурс] / Д. Гранов / Электронный адрес источника: [www.vocabulary.ru/dictionary/43/word](http://www.vocabulary.ru/dictionary/43/word)
4. *Долговых, М.П.* Психодинамика изнасилованных девочек и женщин [Текст] / М.П. Долговых // Вестник Томского государственного университета. Серия оперативной научной информации «Актуальные проблемы педагогики, психологии и методики преподавания иностранных языков в вузе». 2006. - № 118. – С. 63 – 71.
5. *Долговых, М.П.* Психологические проблемы реабилитации жертв семейного насилия [Текст] / М.П. Долговых // Актуальные проблемы специального образования и социальной помощи материалы Всероссийской научно-практической конференции (Бийск, 13-14 мая 2010 г.) в 2-х частях. Часть 1 / Отв. ред. Н.А. Першина. – Бийск : ГОУВПО «АГАО», 2010. – С. 149 – 155.
6. *Долговых, М.П.* Психология изнасилованных девочек и женщин [Текст] / М.П. Долговых // Наука, культура, образование. 2008. – № 9. – С. 42 – 46.
7. *Захаров, А.И.* Как предупредить отклонения в поведении ребенка [Текст] / А.И. Захаров. – М., 1986. – С. 98 – 105.
8. *Зиновьева, Н.О.* Психология и психотерапия насилия. Ребенок в кризисной ситуации [Текст] / Н.О. Зиновьева, Н.Ф. Михайлова. – СПб. : Речь. – 2003. – С. 3.
9. *Ильина, С.В.* Влияние пережитого в детстве насилия на возникновение личностных расстройств / С.В. Ильина // Вопросы психологии. – 1998. – № 6. – С. 65–74.
10. *Истратова, О.Н.* Большая книга детского психолога [Текст] / О.Н. Истратова, Г.А. Широкова, Т.В. Эксакусто. – Ростов н/Д : Феникс, 2011. – С. 261 – 265.

11. *Каширина, Г.А.* Жестокое отношение взрослых к детям. Проблемы организации работы по борьбе с нарушением прав ребенка [Текст] / Г.А. Каширина // Второй краевой съезд педагогов-психологов образования Алтайского края: материалы II Краевого съезда педагогов-психологов образования Алтайского края / Бийский пед. гос. ун-т им. В.М. Шукшина – Барнаул ; Бийск : ГОУВПО «БПГУ», 2009. – С. 30 – 33.
12. *Килинская, Н.В.* Проблема проявления насильственных взаимоотношений в семье [Текст] / Н.В. Килинская // Аксиологические основы семьи и семейного воспитания в новых условиях: Сборник материалов Международной научно-практической конференции, 11 ноября 2009 г. – Тирасполь, 2009. – С. 100 – 103.
13. *Кон, И.С.* Психология ранней юности [Текст] : книга для учителя / И.С. Кон. – М. : Просвещение, 1989. – С. 56 – 71.
14. *Кошелева, А.Д.* Психологическое насилие над ребенком в семье, его причины и следствия [Текст] / А.Д. Кошелева, Л.С. Алексеева // Насилие в семье: с чего начинается семейное неблагополучие. – М. : ГосНИИ семьи и воспитания, 2000.
15. *Кулагина, И.Ю.* Возрастная психология: Полный жизненный цикл развития человека [Текст] учебное пособие для студентов высших учебных заведений / И.Ю. Кулагина, В.Н. Коллюцкий. – М. : ТЦ Сфера, 2006. – С. 251 – 280.
16. *Малкина-Пых, И.Г.* Психологическая помощь в кризисных ситуациях [Текст] / И.Г. Малкина-Пых. – М. : Изд-во Эксмо, 2005.
17. *Малкина-Пых, И. Г.* Психология поведения жертвы [Текст] / И.Г. Малкина-Пых. – М., 2006. – С. 611 – 618.
18. Методические рекомендации по вопросам защиты детей от насилия и жестокого обращения [Электронный ресурс] / Электронный адрес источника: <http://kak.znate.ru/docs/index-69700.html?page=2> // Краснодар, 2011.
19. Методические рекомендации по организации системы профилактики жестокого обращения с детьми и оказанию помощи детям, пострадавшим от жестокого обращения [Текст]

- / Фонд поддержки детей, находящихся в трудной жизненной ситуации. – М., 2011. – 50 с.
20. *Насилие в семье* [Текст] // Энциклопедия социальной работы / под ред. Л.Э. Кунельского и М.С. Мацковского. – М., 1994. – Т. 2. – С. 105.
  21. *Насилие в семье: с чего начинается семейное неблагополучие* [Текст] : научно-методическое пособие / под ред. Л.С. Алексеевой. – М., 2000.
  22. *Платонова, Н.М. Насилие в семье: особенности психологической реабилитации* [Текст] / Н.М. Платонова, Ю.Ю. Платонов. – СПб. : Речь, 2004. – С. 45-56.
  23. *Предупреждение жестокого обращения с детьми в семье* [Текст]: методические рекомендации / авт.-сост.: Л. Х. Раимбакиева, Н.А. Разнадежина, Г.Х. Батынова, Е.М. Василькина. – Сургут : Изд-во бюджетного учреждения Ханты-Мансийского автономного округа – Югры «Методический центр развития социального обслуживания», 2012. – 62 с.
  24. *Проблемы жестокого обращения с детьми в семье* [Электронный ресурс] // Электронный адрес источника: <http://www.portalus.ru/modules/shkola/gus>.
  25. *Психология реабилитации детей и подростков* [Текст] / Под ред. И.В. Дубровиной. – Калуга, 1994.
  26. *Сатир, В. Как строить себя и свою семью* [Текст] / В. Сатир. – М., 1992. – С. 28-37.
  27. *Сафонова, Т.Я. Жестокое обращение с детьми и его последствия* [Текст] / Т.Я. Сафонова, Е.И. Цымбал // Жестокое обращение с детьми: сущность, причины, социально-правовая защита. – М., 1993.
  28. *Сафонова, Т.Я. Жестокое обращение с детьми. Помощь детям, пострадавшим от жестокого обращения и их родителям* [Текст] / Т.Я. Сафонова, Е.И. Цымбал. – М., 2001. – С. 25.
  29. *Синягина, Н.Ю. Психологические аспекты жестокости в детско-родительских отношениях* [Текст] / Н.Ю. Синягина. – М. –Ульяновск : фирма Darp, 1995.
  30. *Синягина, Н.Ю. Психологическая реабилитация детей и подростков, подвергшихся насилию* [Текст] / Н.Ю. Синягина, Г.Е. Пазекова, Е. Ю. Пискунова. – М. : Вузовская книга, 2001.

31. Сулимова, Т.С. Насилие [Текст] // Российская энциклопедия социальной работы: В 2 т. Т. 2 / Под ред. А.М. Панова, Е.И. Холостовой. – М., 1997.
32. Сычев, О.А. Методология и методы психологического исследования [Текст] : учебное пособие / О.А. Сычев, В.П. Герасимов. – Бийск : НИЦ БПГУ им. В.М. Шукшина, 2004. – 220 с.
33. Физическое насилие [Электронный ресурс] // Электронный адрес источника: <http://www.slovari.yandex.ru>.
34. Цымбал, Е.И. Жестокое обращение с детьми: причины, проявления, последствия [Текст] : учебное пособие / Е.И. Цымбал. – М. : РБФ НАН, 2007.
35. Ярославцева, Н.Д. Посттравматические стрессовые нарушения у детей-жертв сексуального насилия и оказание им психологической помощи [Текст] / Н.Д. Ярославцева // Мир психологии. – 1998. – № 2 (14). – С. 71–80.

## ПРИЛОЖЕНИЯ

### Приложение 1

### АНКЕТА

**по выявлению характера взаимоотношения в семье**  
(рекомендуется проводить анонимно,  
рассчитана на детей в возрасте 10–17 лет)

№ п/п	Вопросы анкеты	Варианты ответов	Итоги
<b>1.</b>	<b>Как часто ты проводишь свободное время со своими родителями</b>	Каждый день	
		1 раз в неделю	
		1 раз в месяц	
		Другое:	
		– редко	
		– как придется	
		– когда есть время	
<b>2.</b>	<b>Кому из членов семьи ты мог бы доверить свои секреты</b>	Маме	
		Папе	
		Брату	
		Сестре	
		Бабушке	
		Дедушке	
		Никому	
		Кому-то другому:	
		– подруге (другу)	
		– двоюродной сестре	
		– тете	
		– опекунам	
		– домашнему животному (кошке)	
<b>3.</b>	<b>За что наказывают тебя твои родители?</b>	За плохие отметки в школе	
		За пропуски занятий	
		За то, что не прибрал(а) в квартире	
		За то, что не вовремя вернулся(ась) вечером с прогулки	
		За плохое поведение	
		Другое: – «за вранье»	



4.	<b>Какой вид наказания чаще всего используют твои родители?</b>	Ругают за поступок	
		Бьют	
		Лишают карманных денег	
		Не разрешают общаться с друзьями (подвергают домашнему аресту)	
		Запрещают смотреть телевизор, играть на компьютере	
		Ставят в угол	
		Никогда не наказывают	
5.	<b>Согласен ли ты с методами наказания своих родителей?</b>	Да	
		Часто согласен	
		Редко согласен	
		Нет	
6.	<b>Будешь ли ты наказывать своих детей, когда станешь взрослым? За что?</b>	Да	
		Нет	
		За что?	
		– за плохое поведение	
		– за плохие отметки	
		– за вредные привычки	
7.	<b>По твоему мнению насилие-это</b>	Унижение одного человека другим	
		Причинение физического вреда другому человеку	
		Подчинение себе другого человека	
		Другое	
8	<b>Как ты относишься к насилию</b>	Осуждаю насилие	
		Скорее осуждаю, чем нет	
		Отношусь нейтрально	
		Допускаю, что в некоторых случаях оно возможно	
		Решительно отстаиваю права детей, мужчин, пожилых людей	

9.	Как ты думаешь, какие виды насилия встречаются в современной семье?	Физическое насилие	
		Психологическое насилие	
		Сексуальное насилие	
		Экономическое насилие	
10.	Кто из членов семьи чаще всего, по твоему мнению, подвергается насилию?	Младшие братья и сестры	
		Старшие братья и сестры	
		Мама	
		Папа	
		Дедушка, бабушка	
11.	Ты считаешь наказание детей в семье – это насилие?	Да	
		Скорее да, чем нет	
		Нет	
		Скорее нет, чем да	
12.	Какое наказание ты расцениваешь как насилие над ребенком	Оскорбление словами	
		Физическое воздействие	
		Лишение удовольствия	
		Запрет на деятельность, приносящую удовлетворение	
		Другое: – сексуальное домогательство	
13.	Что, по твоему мнению, может быть причиной насилия в семье?	Жизненные проблемы	
		Неурядицы на работе	
		Демонстрация насилия печатных и телевизионных СМИ	
		Склонность личности к насилию	
		Неуравновешенность эмоциональной сферы (эмоциональные срывы)	
		Ситуация безысходности и отчаяния	
		Алкоголизм родителей	
Другое			
14.	Считаешь ли ты себя жертвой насилия?	Да	
		Скорее да, чем нет	
		Нет	

		Скорее нет, чем да	
15.	Какому виду насилия ты подвергался?	Физическое насилие	
		Психологическое насилие	
		Экономическое насилие	
		Сексуальное насилие	
16.	Что, по твоему мнению, нужно сделать, чтобы избежать насилия?	Не знаю	
17.	Ощущаешь ли ты себя защищенным и любимым в своей семье?	Да	
		Нет	
		Не всегда	
18.	В какие учреждения можно обратиться, если человек стал жертвой семейного насилия?	Милиция	
		Социальные службы	
		Центр помощи семье и детям	
		Суд	
		Телефон доверия	
		Медицинские учреждения	
19.	Какие правовые документы по защите семьи от насилия существуют в нашем законодательстве?	Конституция	
		Семейный кодекс	
		Уголовный кодекс	
		Гражданский кодекс	
		Декларация прав человека	
		Конвенция о правах ребенка	
20.	Нужны ли психологические тренинги и беседы по проблеме домашнего насилия. Если да, то для кого именно?	Для жертв насилия	
		Для членов семьи, выступающих в качестве насильников	
		Для тех и для других	
		Для людей, еще не столкнувшихся с этой проблемой	

## Приложение 2

### СХЕМА НАБЛЮДЕНИЯ С ЦЕЛЮ ВЫЯВЛЕНИЯ НАРУШЕНИЙ В ПОВЕДЕНИИ РЕБЕНКА (дошкольного и младшего школьного возраста), пострадавшего от жестокого обращения со стороны родителей

<i>Характер нарушений поведения</i>	<i>Проявления нарушений поведения</i>
Агрессивность	– ребенок ломает игрушки или постройки, ссорится со сверстниками
Негативизм	– делает все наоборот, отказывается даже от интересной игры; – часто произносит слова «не хочу» или «не буду»
Демонстративность	– отвлекается на занятиях, утрирует движения взрослых и сверстников, стремится обратить на себя внимание в ущерб организации занятий; – делая все наоборот, наблюдает за реакцией окружающих
Эмоциональная отгороженность	– с трудом включается в коллективную игру; – избегает прямых взглядов в лицо собеседника; – стремится уединиться
«Псевдоглухота»	– не выполняет просьбу, хотя слышит и понимает содержание требования
Вспыльчивость	– бросает игрушки, может наглубить взрослым, обидеть сверстников
Обидчивость (эмоциональная неустойчивость)	– болезненно реагирует на замечания окружающих; – обижается при проигрыше в игре; – чаще наблюдается недовольное выражение лица
Конфликтность	– сам провоцирует конфликт; – не учитывает желаний и интересов сверстников в совместной деятельности
Нерешительность	– отказывается от ведущих ролей в играх; – избегает ситуации устного опроса на занятии; – не отвечает, хотя знает ответ

«Дурашливость»	<ul style="list-style-type: none"> <li>– реагирует смехом на замечания взрослых;</li> <li>– дурачится; передразнивает;</li> <li>– похвала или порицание не оказывают значительного изменения на поведение ребенка</li> </ul>
Страхи	<ul style="list-style-type: none"> <li>– страх пылесоса;</li> <li>– страх собаки;</li> <li>– страх новых людей в новой ситуации;</li> <li>– страх остаться одному;</li> <li>– страх темноты и других природных явлений (гроза, порывы ветра и др.)</li> </ul>
Тревога	<ul style="list-style-type: none"> <li>– блуждающий, отстраненный взгляд;</li> <li>– ребенок не может объяснить причины избегающего поведения;</li> <li>– неожиданно вздрагивает, проявляет немотивированную боязливость, осторожность</li> </ul>
Скованность	<ul style="list-style-type: none"> <li>– двигательно скован, неловок в новой ситуации</li> </ul>
Заторможенность	<ul style="list-style-type: none"> <li>– не знает чем заняться, бездейственно смотрит по сторонам;</li> <li>– говорит слишком тихо;</li> <li>– темп действий замедлен, при выполнении заданий по сигналу запаздывает</li> </ul>
Эгоцентричность	<ul style="list-style-type: none"> <li>– считает что все игрушки, все конфеты для него;</li> <li>– стремится навязать свою игру детям</li> </ul>
Избегание умственных усилий	<ul style="list-style-type: none"> <li>– не смотрит мультфильмы;</li> <li>– быстро устаёт от доступного по возрасту умственного задания</li> </ul>
Дефицит внимания	<ul style="list-style-type: none"> <li>– смотрит по сторонам на занятии;</li> <li>– приходится повторять задание по несколько раз;</li> <li>– переспрашивает условия выполнения задания</li> </ul>
Двигательная расторможенность (гиперактивность)	<ul style="list-style-type: none"> <li>– поспешно планирует собственные действия;</li> <li>– может встать на первой половине занятия, когда другие дети еще сидят;</li> <li>– темп действий убыстрен, количество действий избыточно (много лишних движений и пр.);</li> <li>– быстро возбуждается и медленно успокаиваемся от шумной игры, действует раньше установленного сигнала</li> </ul>

Речевая расторможенность	<ul style="list-style-type: none"> <li>– говорит слишком громко, темп речи убыстрен;</li> <li>– переговаривается на занятии, несмотря на замечания взрослого</li> </ul>
Непонимание сложных словесных инструкций	– путает или пропускает последовательность действий по словесной инструкции взрослого
Непонимание простых словесных инструкций	– ориентируется на наглядный образец поведения или действий взрослого, а не на объяснение задания
Сниженная работоспособность (умственная)	– быстро устает от задания, требующего умственной активности
Пониженная работоспособность (физическая)	<ul style="list-style-type: none"> <li>– быстро устает на прогулке;</li> <li>– устает от физической нагрузки;</li> <li>– наблюдается снижение работоспособности в начале занятия</li> </ul>

### Приложение 3

#### Анкета для обратившихся за психологической помощью

Дата первой консультации \_\_\_\_\_ Место проведения \_\_\_\_\_

Фамилия консультанта \_\_\_\_\_

1. Имя обратившегося \_\_\_\_\_

2. Возраст \_\_\_\_\_ Телефон \_\_\_\_\_

3. Насилие произошло: в настоящем (когда) \_\_\_\_\_  
в прошлом (когда) \_\_\_\_\_

4. Где произошло насилие:

- Дома у жертвы
- Дома у насильника
- На улице
- Другое (указать)

5. Пол насильника:

- Муж
- Жен

6. Количество насильников: один, несколько (сколько) \_\_\_\_\_  
(нужное подчеркнуть)

7. Возраст насильника

8. Характер насилия (изнасилование, инцест, сексуальное домогательство и т.д.) \_\_\_\_\_

9. Продолжительность насилия:

- Единичный случай;
- Неоднократно;
- Многократно.

10. Способ принуждения к насилию:

- Угроза физического насилия;
- Побои;
- Шантаж;
- Подкуп;
- Использование зависимого положения (социально-экономической зависимости);
- Обман доверия;
- Другое





### Методика «Несуществующее животное»

Для изучения личности ребенка вполне можно использовать проективный тест «Несуществующее животное». Для работы потребуется лист бумаги, простой мягкий карандаш и резинка. Лист лучше брать белый. Карандашом средней мягкости, простой ручкой или фломастером рисовать нельзя [16].

*Инструкция:* Придумайте и нарисуйте несуществующее животное и назовите его несуществующим именем.

*Показатели и интерпретация.*

**Положение рисунка на листе.** В норме рисунок расположен по средней линии стандартного вертикального листа.

Положение рисунка ближе к верхнему краю листа (чем ближе, тем более выражено) трактуется как высокая самооценка и недовольство собственным положением в социуме и недостаточностью признания со стороны окружающих; претензией на продвижение, тенденция к самоутверждению, претензия на признание.

Положение рисунка в нижней части – обратные показатели: неуверенность в себе, низкая самооценка, подавленность, нерешительность, неуверенность, незаинтересованность в своем социальном положении, признании, отсутствие тенденции к самоутверждению.

**Центральная смысловая часть фигуры** (голова или заменяющие ее детали). Голова, повернутая вправо – устойчивая тенденция к деятельности – почти все, что задумывается или планируется, осуществляется или, по крайней мере, начинает осуществляться, если даже не доводится до конца (человек активно переходит к реализации своих планов, наклонностей).

Голова, повернутая влево – тенденция к рефлексии, размышлению. Испытуемый «не человек действия», лишь незначительная часть замыслов реализуется или начинает реализовываться. Нередки нерешительность, страх, боязнь перед активным действием (что именно надо выяснить дополнительно).

Положение анфас, т.е. голова, направленная на рисующего, трактуется как эгоцентризм. На голове расположены детали, соответствующие органам чувств – уши, рот, глаза.

Глазам придается особое значение. Это символ присущего человеку страха (японский рисунок после Хиросимы). Это значение особенно подчеркивается резкой подрисовкой радужки. Обратите внимание на наличие или отсутствие ресниц. Ресницы – показатель истероидно-демонстративных манер. Для мужчин женственные черты характера с подрисовкой радужки или зрачка совпадают редко. Ресницы – также заинтересованность в восхищении окружающих внешней красотой и манерой одеваться, придание этому большого значения.

Значение детали «уши» прямое: заинтересованность в информации, значимость мнения окружающих для себя (дополнительно по другим показателям, по их сочетанию определяется, принимает ли испытуемый что-либо для положительной оценки или только дает на окружающих соответствующие реакции: радость, гордость, обида, огорчение, не изменяя своего положения).

Деталь «рот» можно оценивать следующим образом. Приоткрытый рот в сочетании с языком – болтливость, в сочетании с подрисовкой губ трактуется как чувствительность. Иногда и то, и другое вместе. Открытый рот без подрисовки губ и языка, особенно зачерченный трактуется как легкость возникновения страхов и опасений, недоверия. Рот с зубами – вербальная агрессия, в большинстве случаев защитная: огрызается, защищается, грубит в ответ на осуждение или порицание. Для детей и подростков значение рта округлой формы означает боязливость и тревогу. Увеличенный (по отношению к фигуре в целом) размер головы говорит о том, что испытуемый ценит рациональное начало, а, возможно, и эрудицию в себе и окружающих [16].

На голове часто расположены дополнительные детали: рога – защиты, агрессия (определить в сочетании с другими признаками агрессии – когтями, щетиной, иглами). Характер этой агрессии – спонтанный или защитно-ответный.

Перья – тенденция к самоукрашению или к самооправданию и демонстративности.

Грива, шерсть, подобие прически – чувствительность, подчеркивание своего пола, иногда ориентировка на свою сексуальную роль.

**Несущая часть фигуры** (опорная – ноги, лапы, постаменты). Рассматривается отношение этой части ко всей фигуре по размеру и по форме – основательность, обдуманность, рациональность принятия решений, опора на существенную и значимую информацию, на существенные положения; в противном случае – поверхностность суждений, легкомысленность выводов и неосновательность суждений, иногда импульсивность принятия решений – особенно при отсутствии или почти отсутствии ног. Здесь следует обратить внимание на характер соединения ног с корпусом: соединены точно, тщательно или небрежно, слабо, или не соединены совсем. Это характеризует контроль за своими суждениями, выводами, решениями. Однотипность и однонаправленность, а также повторяемость формы ног свидетельствуют о конформности суждений и установок, банальности в принятии решений. Разнообразие в положении этих деталей говорит о своеобразии установок и суждений, самостоятельности, небанальности; соответственно необычность формы – о творческом начале (в норме) или инакомыслии (ближе к патологии).

**Части, возвышающиеся над уровнем фигуры.** Элементы, расположенные над фигурой, могут быть функциональными или украшающими (крылья, дополнительные ноги, щупальца, детали панциря, перья, бантик, что-то вроде завитушек, кудрей, цветков). Первые – это энергия, охват разных областей человеческой деятельности, уверенность в себе, самомнение, неделикатные, неразборчивые отношения с окружающими, либо любознательность, «соучастие» как можно в большем числе мероприятий, завоевание себе «места под солнцем», увлеченность своей деятельностью, смелыми мероприятиями. Вторые – демонстративность, стремление обратить на себя внимание, манерность.

Хвост – выражает отношение к собственным действиям, поступкам, решениям, размышлениям, вербальной продукции. По тому, повернут на рисунке хвост вправо (положительное отношение) или влево (отрицательное отношение), судят об окраске этого отношения. Кроме того, дополнительными показателями при оценке является направленность хвоста: хвост, направленный

вверх, – уверенность, положительная окраска, бодрость; хвост, падающий вниз, – показывает недовольство собой, подавленность, сожаление, раскаяние и т.д. Особое внимание следует обратить на хвосты пышные, длинные, разветвленные. Их направленность также имеет значение: вправо – по поводу своих действий или поведения, влево – по поводу своих мыслей, решений, пропущенного момента, собственной нерешительности [16].

**Контур фигуры.** Важно наличие или отсутствие выступов (типа щипов, панциря, игл, прорисовки или затемнения линий контура) – это защита от окружающих. Агрессивная защита – если рисунок выполнен с острыми углами; страх или тревога – если есть затемнение контурной линии; опасение и подозрительность – если поставлены щиты, «заслоны». Направленность выступов вверх – защита от людей, реально имеющих возможность наложить запрет, ограничение, осуществить принуждение, т.е. против старших по возрасту, родителей, учителей, начальников, руководителей. Направленность выступов вниз – защита от насмешек, непризнания, отсутствия авторитетов у нижестоящих подчиненных, боязнь осуждений. Боковые выступы – недифференцированная опасливость, готовность к защите и самозащите любого порядка и в разных ситуациях. То же самое – элементы защиты, расположенные не по контуру, на самом корпусе животного: справа – защита больше в процессе деятельности (реальной), слева – защита своих мнений, убеждений, вкусов.

**Общая энергия.** Энергия оценивается количеством изображенных деталей. Отмечается, нарисованы ли только необходимые элементы, чтобы дать представление о животном (тело, голова, конечности и т.д.), заполнены ли контуры, имеются ли штриховка и дополнительные линии или щедро изображены не только необходимые, но и усложняющие конструкцию дополнительные детали. Соответственно, чем выше энергия, тем больше деталей, и, наоборот, отсутствие таковых – экономия энергии, астеничность, органика. В этом случае можно предположить хроническое соматическое заболевание. То же подтверждается характером линий: при астении – слабая, паутинообразная. Противоположный характер линий (жирные с нажимом) не является полярным. Это свидетельство тревожности, а не энергий. Особенно следует обратить внимание на продавленные линии, видимые даже с обратной стороны

листа (судорожный, высокий тонус мышц рисующей руки – резкая тревожность). Важно отметить, какая деталь, какой символ выполнен подобным образом, к чему привязана тревожность.

**Тема рисунка.** Тематически животные делятся на угрожающих, угрожаемых и нейтральных. Это отношение испытуемого к своему «Я», представление о своем положении в мире, об идентификации себя по значению с животными. В данном случае, рисуемое животное – представитель самого рисующего.

Уподобление животного человеку. Постановка животного в положение прямохождения (две лапы вместо четырех и более), одевание животного в человеческую одежду, похожесть морды на лицо, ног и лап на руки – свидетельствуют об инфантилизме, эмоциональной незрелости. Механизм уподобления сходен с аллегорическим значением животных и их характеров в сказках, притчах. Фигура круга, особенно ничем не заполненного, символизирует тенденцию к сокрытию, замкнутости своего внутреннего мира, нежеланию. Подвергаться тестированию. Акцент на сексуальных признаках (вымя, соски, грудь при человеческой фигуре) – это отношение к полу, фиксация на проблемах секса.

**Творческие возможности.** О творческом начале обычно можно судить по количеству сочетающихся в фигуре элементов. Банальность, отсутствие творческого начала характеризуется изображением реального, существующего животного.

**Название.** В названиях изображенного «животного» могут рационально соединяться смысловые части («Летающий заяц», «Бегемот»), а также использоваться словообразования с книжно-научным, иногда латинским суффиксом или окончанием («Реболетиус», «Воплиолярис»). Первый вариант свидетельствует о рациональности, определенной ориентации. Второй вариант говорит о демонстративности (разума, эрудиции). Встречаются названия поверхностно-звуковые без всякого осмысления («Гряктер», «Лелые»), отражающие легкомыслие [16].

Наблюдаются и иронически-юмористические названия («Рипочурка», «Давашпор», «Пузыриес»), характеризующие соответствующие отношение к окружающему. Инфантильные названия имеют обычно повторяющиеся элементы («Трутру»). Склонность к фантазированию (чаще всего защитного порядка) выражается непомерно длинным названием.

### Тест «Дом. Дерево. Человек»

Эта проективная методика исследования личности была предложена Дж. Буком в 1948 г. Тест предназначен как для взрослых, так и для детей, возможно групповое обследование.

Суть методики заключается в следующем. Обследуемому предлагается нарисовать дом, дерево и человека. Затем проводится опрос по разработанному плану.

Р. Бернс при использовании теста ДДЧ просит изобразить дерево, дом и человека в одном рисунке, в одной происходящей сцене. Считается, что взаимодействие между домом, деревом и человеком представляет собой зрительную метафору. Если привести весь рисунок в действие, то вполне возможно заметить то, что действительно происходит в нашей жизни.

Особым способом интерпретации может быть порядок, в котором выполняется рисунок дома, дерева и человека. Если первым нарисовано дерево, значит, основное для человека – жизненная энергия. Если первым рисуется дом, то на первом месте – безопасность, успех или, наоборот, пренебрежение этими понятиями.

Интерпретация признаков в тесте «Дом. Дерево. Человек»

#### «Дом»

Дом старый, развалившийся – иногда субъект таким образом может выразить отношение к самому себе.

Дом вдали – чувство отвергнутости (отверженности).

Дом вблизи – открытость, доступность и (или) чувство теплоты и гостеприимства.

План дома (проекция сверху) вместо самого дома – серьезный конфликт.

Разные постройки – агрессия направлена против фактического хозяина дома или бунт против того, что субъект считает искусственными и культурными стандартами.

Ставни закрыты – субъект в состоянии приспособиться в интроперсональных отношениях.

Ступеньки, ведущие в глухую стену (без дверей) – отражение конфликтной ситуации, наносящей вред правильной оценке

реальности. Непрístupность субъекта (хотя он сам может желать свободного сердечного общения).

### *Стены*

Задняя стена, расположенная необычно – сознательные попытки самоконтроля, приспособление к Конвенциям, но, вместе с тем, есть сильные враждебные тенденции.

Контур задней стены значительно ярче (толще) по сравнению с другими деталями – субъект стремится сохранить (не потерять) контакта с реальностью.

Стена, отсутствие ее основы – слабый контакт с реальностью (если рисунок помещен внизу).

Стена с акцентированным контуром основы – субъект пытается вытеснить конфликтные тенденции, испытывает трудности, тревогу.

Стена с акцентированным горизонтальным измерением – плохая ориентировка во времени (доминирование прошлого или будущего). Возможно, субъект чувствителен к давлению среды.

Стена: боковой контур слишком тонкий и неадекватен – предчувствие (угроза) катастрофы.

Стена: контуры линии слишком акцентированы – сознательное стремление сохранить контроль.

Стена: одномерная перспектива – изображена всего одна сторона. Если это боковая стена, имеются серьезные тенденции к отчуждению и оппозиции.

Прозрачные стены – неосознаваемое влечение, потребность влиять (владеть, организовывать) на ситуацию, насколько это возможно.

Стена с акцентированным вертикальным измерением – субъект ищет наслаждения прежде всего в фантазиях и обладает меньшим количеством контактов с реальностью, нежели желательно.

### *Двери*

Их отсутствие – субъект испытывает трудности при стремлении раскрыться перед другими (особенно в домашнем кругу).

Двери (одна или несколько), задние или боковые – отступление, отрешенность, избегание.

Двери открыты – первый признак откровенности, достижимости.

Двери открытые. Если дом жилой – это сильная потребность к теплу извне или стремление продемонстрировать доступность (откровенность).

Двери боковые (одна или несколько) – отчуждение, уединение, неприятие реальности. Значительная неприступность.

Двери очень большие – чрезмерная зависимость от других или стремление удивить своей социальной коммуникабельностью.

Двери очень маленькие – нежелание впускать в свое «Я». Чувство несоответствия, неадекватности и нерешительности в социальных ситуациях.

Двери с огромным замком – враждебность, мнительность, скрытность, защитные тенденции.

#### *Дым*

Дым очень густой – значительное внутреннее напряжение (интенсивность по густоте дыма).

Дым тоненькой струйкой – чувство недостатка эмоциональной теплоты дома.

#### *Окна*

Первый этаж нарисован в конце – отвращение к межперсональным отношениям. Тенденция к изоляции от действительности.

Окна сильно открытые – субъект ведет себя несколько развязно и прямолинейно. Множество окон показывает готовность к контактам, а отсутствие занавесок – отсутствие стремления скрывать свои чувства.

Окна закрытые (занавешенные). Озабоченность взаимодействием со средой (если это значимо для субъекта).

Окна без стекол – враждебность, отчужденность. Отсутствие окон на первом этаже – враждебность, отчужденность.

Окна отсутствуют на нижнем, но имеются на верхнем этаже – пропасть между реальной жизнью и жизнью в фантазиях.

#### *Крыша*

Крыша – сфера фантазии. Крыша и труба, сорванные ветром, символически выражают чувства субъекта, что им повелевают, независимо от собственной силы воли.



Крыша, жирный контур, несвойственный рисунку, – фиксация на фантазиях как источнике удовольствий, обычно сопровождаемая тревогой.

Крыша, тонкий контур края – переживание ослабления контроля фантазии.

Крыша, толстый контур края – чрезмерная озабоченность контролем над фантазией (ее обузданием).

Крыша, плохо сочетаемая с нижним этажом – плохая личностная организация.

Карниз крыши, его акцентирование ярким контуром или продлеванием за стены – усиленно защитная (обычно с мнительностью) установка.

### *Комната*

Ассоциации могут возникнуть в связи с:

- 1) человеком, проживающим в комнате,
- 2) интерперсональными отношениями в комнате,
- 3) предназначением этой комнаты (реальным или приписываемым ей).

Ассоциации могут иметь позитивную или негативную эмоциональную окраску.

Комната, не поместившаяся на листе – нежелание субъекта изображать определенные комнаты из-за неприятных ассоциаций с ними или с их жильцом.

Субъект выбирает ближайшую комнату – мнительность.

Ванна – выполняет санитарную функцию. Если манера изображения ванны значима, возможно нарушение этих функций.

### *Труба*

Отсутствие трубы – субъект чувствует нехватку психологической теплоты дома.

Труба почти невидима (спрятана) – нежелание иметь дело с эмоциональными воздействиями.

Труба нарисована косо по отношению к крыше – норма для ребенка; значительная регрессия, если обнаруживается у взрослых.

Водосточные трубы – усиленная защита и обычно мнительность.

Водопроводные трубы (или водосточные с крыши) – усиленные защитные установки (и обычно повышенная мнительность).

#### *Дополнения*

Прозрачный, «стеклянный» ящик символизирует переживание выставления себя всем на обозрение. Его сопровождает желание демонстрировать себя, но ограничиваясь лишь визуальным контактом.

Деревья часто символизируют различные лица. Если они как будто «прячут» дом, может иметь место сильная потребность зависимости при доминировании родителей.

Кусты иногда символизируют людей. Если они тесно окружают дом, может иметь место сильное желание оградить себя защитными барьерами.

Кусты хаотично разбросаны по пространству или по обе стороны дорожки – незначительная тревога в рамках реальности и сознательное стремление контролировать ее.

Дорожка, хорошие пропорции, легко нарисована – показывает, что индивид в контактах с другими обнаруживает такт и самоконтроль.

Дорожка очень длинная – уменьшенная доступность, часто сопровождаемая потребностью более адекватной социализации.

Дорожка очень широкая в начале и сильно сужающаяся у дома – попытка замаскировать желание быть одиноким, сочетающаяся с поверхностным дружелюбием.

Солнце – символ авторитетной фигуры. Часто воспринимается как источник тепла и силы.

Погода (какая погода изображена) – отражает связанные со средой переживания субъекта в целом. Скорее всего, чем хуже, неприятнее погода изображена, тем вероятнее, что субъект воспринимает среду как враждебную, сковывающую.

#### *Цвет*

Цвет, обычное его использование:

зеленый – для крыши; коричневый – для стен;

желтый, если употребляется только для изображения света внутри дома, тем самым отображая ночь или ее приближение, выражает чувства субъекта, а именно:

1) среда к нему враждебна,

2) его действия должны быть скрыты от посторонних глаз. Количество используемых цветов:

хорошо адаптированный, застенчивый и эмоционально необделенный субъект обычно использует не меньше двух и не более пяти цветов. Субъект, раскрашивающий дом семью-восемью цветами, в лучшем случае является очень лабильным. Использующий всего один цвет боится эмоционального возбуждения.

#### *Выбор цвета*

Чем дольше, неувереннее и тяжелее субъект подбирает цвета, тем больше вероятность наличия личностных нарушений.

Цвет черный – застенчивость, пугливость.

Цвет зеленый – потребность иметь чувство безопасности, оградить себя от опасности. Это положение является не столь важным при использовании зеленого цвета для ветвей дерева или крыши дома.

Цвет оранжевый – комбинация чувствительности и враждебности.

Цвет пурпурный – сильная потребность власти.

Цвет красный – наибольшая чувствительность. Потребность теплоты из окружения.

Цвет, штриховка 3/4 листа – нехватка контроля над выражением эмоций.

Штриховка, выходящая за пределы рисунка, – тенденция к импульсивному ответу на дополнительную стимуляцию.

Цвет желтый – сильные признаки враждебности.

#### *Общий вид*

Помещение рисунка на краю листа – генерализованное чувство неуверенности, опасности. Часто сопряжено с определенным временным значением:

а) правая сторона – будущее, левая – прошлое,

б) связанная с предназначением комнаты или с постоянным ее жильцом,

в) указывающая на специфику переживаний: левая сторона – эмоциональные, правая – интеллектуальные.

#### *Перспектива*

Перспектива «над субъектом» (взгляд снизу вверх) – чувство, что субъект отвергнут, отстранен, не признан дома. Или

субъект испытывает потребность в домашнем очаге, который считает недоступным, недостижимым.

Перспектива, рисунок изображен вдаль – желание отойти от конвенционального общества. Чувство изоляции, отверженности. Явная тенденция отграничиться от окружения. Желание отвергнуть, не признать этот рисунок или то, что он символизирует. Перспектива, признаки «потери перспективы» (индивид правильно рисует один конец дома, но в другом рисует вертикальную линию крыши и стены – не умеет изображать глубину) – сигнализирует о начинающихся сложностях интегрирования, страх перед будущим (если вертикальная боковая линия находится справа) или желание забыть прошлое (линия слева).

Перспектива тройная (трехмерная, субъект рисует по меньшей мере четыре отдельные стены, на которых даже двух нет в том же плане) – чрезмерная озабоченность мнением окружающих о себе. Стремление иметь в виду (узнать) все связи, даже незначительные, все черты.

#### *Размещение рисунка*

Размещение рисунка над центром листа – чем больше рисунок над центром, тем больше вероятность, что:

- 1) субъект чувствует тяжесть борьбы и относительную недостижимость цели;
- 2) субъект предпочитает искать удовлетворение в фантазиях (внутренняя напряженность);
- 3) субъект склонен держаться в стороне.

Размещение рисунка точно в центре листа – незащищенность и ригидность (прямолинейность). Потребность заботливого контроля ради сохранения психического равновесия.

Размещение рисунка ниже центра листа – чем ниже рисунок по отношению к центру листа, тем больше похоже на то, что:

- 1) субъект чувствует себя небезопасно и неудобно, и это создает у него депрессивное настроение;
- 2) субъект чувствует себя ограниченным, скованным реальностью.

Размещение рисунка в левой стороне листа – акцентирование прошлого. Импульсивность.

Размещение рисунка в левом верхнем углу листа – склонность избегать новых переживаний. Желание уйти в прошлое или углубиться в фантазии.

Размещение рисунка на правой половине листа – субъект склонен искать наслаждения в интеллектуальных сферах. Контролируемое поведение. Акцентирование будущего.

Рисунок выходит за левый край листа – фиксация на прошлом и страх перед будущим. Чрезмерная озабоченность свободными откровенными эмоциональными переживаниями.

Выход за правый край листа – желание «убежать» в будущее, чтобы избавиться от прошлого. Страх перед открытыми свободными переживаниями. Стремление сохранить жесткий контроль над ситуацией.

Выход за верхний край листа – фиксирование на мышлении и фантазии как источниках наслаждений, которых субъект не испытывает в реальной жизни.

Контур очень прямые – ригидность. Контур эскизный, применяемый постоянно – в лучшем случае мелочность, стремление к точности, в худшем – указание на неспособность к четкой позиции.

#### *Схема обработки рисунка в тесте «Дом»*

Выделяемый признак

1. Схематическое изображение
2. Детализированное изображение
3. Метафорическое изображение
4. Городской дом
5. Сельский дом
6. Заимствование из литературного или сказочного сюжета
7. Наличие окон и их количество
8. Наличие дверей
9. Труба с дымом
10. Ставни на окнах
11. Размер окон
12. Общий размер дома
13. Наличие палисадника
14. Наличие людей рядом с домом и в доме
15. Наличие крыльца
16. Наличие штор на окнах

17. Наличие растений (количество)
18. Количество животных
19. Наличие пейзажного изображения (облака, солнце, горы и т.д.)
20. Наличие штриховки по шкале интенсивности 1, 2, 3
21. Толщина линий по шкале интенсивности 1, 2, 3
22. Дверь открытая
23. Дверь закрытая

### «Человек»

#### *Голова*

Сфера интеллекта (контроля). Сфера воображения.

Голова большая – неосознанное подчеркивание убеждения о значении мышления в деятельности человека.

Голова маленькая – переживание интеллектуальной неадекватности.

Нечеткая голова – застенчивость, робость. Голова изображается в самом конце – межперсональный конфликт.

Большая голова у фигуры противоположного пола – мнимое превосходство противоположного пола и более высокий его социальный авторитет.

#### *Шея*

Орган, символизирующий связь между сферой контроля (головой) и сферой влечений (телом). Таким образом, это их координационный признак.

Подчеркнута шея – потребность в защитном интеллектуальном контроле.

Чрезмерно крупная шея – осознание телесных импульсов, старание их контролировать.

Длинная тонкая шея – торможение, регрессия.

Толстая короткая шея – уступки своим слабостям и желаниям, выражение неподавленного импульса.

#### *Плечи, их размеры*

Признак физической силы или потребности во власти. Плечи чрезмерно крупные – ощущение большой силы или чрезмерной озабоченности силой и властью.

Плечи мелкие – ощущение малоценности, ничтожности. Плечи слишком угловатые – признак чрезмерной осторожности, защиты.

Плечи покатые – уныние, отчаяние, чувство вины, недостаток жизненности.

Плечи широкие – сильные телесные импульсы.

*Туловище*

Символизирует мужественность.

Туловище угловатое или квадратное – мужественность. Туловище слишком крупное – наличие неудовлетворенных, остро осознаваемых субъектом потребностей.

Туловище ненормально маленькое – чувство унижения, малочценности.

*Лицо*

Черты лица включают глаза, уши, рот, нос. Это сенсорный контакт с действительностью.

Лицо подчеркнуто – сильная озабоченность отношениями с другими, своим внешним видом.

Подбородок слишком подчеркнут – потребность доминировать.

Подбородок слишком крупный – компенсация ощущаемой слабости и нерешительности.

Уши слишком подчеркнуты – возможны слуховые галлюцинации. Встречаются у особо чувствительных к критике.

Уши маленькие – стремление не принимать никакой критики, заглушить ее.

Глаза закрыты или спрятаны под полями шляпы – сильное стремление избегать неприятных визуальных воздействий.

Глаза изображены как пустые глазницы – значимое стремление избегать визуальных стимулов. Враждебность.

Глаза выпучены – грубость, черствость.

Глаза маленькие – погруженность в себя.

Подведенные глаза – грубость, черствость.

Длинные ресницы – кокетливость, склонность обольщать, соблазнять, демонстрировать себя.

Полные губы на лице мужчины – женственность.

Рот клоуна – вынужденная приветливость, неадекватные чувства.

Рот впалый – пассивная значимость.

Нос широкий, выдающийся, с горбинкой – презрительные установки, тенденция мыслить ироническими социальными стереотипами.

Ноздри – примитивная агрессия.

Зубы четко нарисованы – агрессивность.

Лицо неясное, тусклое – боязливость, застенчивость.

Выражение лица подобострастное – незащищенность.

Лицо, похожее на маску, – осторожность, скрытность, возможны чувства деперсонализации и отчужденности.

Брови редкие, короткие – презрение, изоциренность.

*Волосы*

Признак мужественности (храбрости, силы, зрелости и стремление к ней).

Волосы сильно заштрихованы – тревога, связанная с мышлением или воображением.

Волосы не заштрихованы, не окрашены, обрамляют голову – субъектом управляют враждебные чувства.

*Конечности*

Руки – орудия более совершенного и чуткого приспособления к окружению, главным образом в межперсональных отношениях.

Широкие руки (размах рук) – интенсивное стремление к действию.

Руки шире у ладони или у плеча – недостаточный контроль действий и импульсивность.

Руки, изображенные не слитно с туловищем, а отдельно, вытянутые в стороны – субъект иногда ловит себя на действиях или поступках, которые вышли у него из-под контроля.

Руки скрещены на груди – враждебно-мнительная установка.

Руки за спиной – нежелание уступать, идти на компромиссы (даже с друзьями). Склонность контролировать проявление агрессивных, враждебных влечений.

Руки длинные и мускулистые – субъект нуждается в физической силе, ловкости, храбрости как в компенсации.

Руки слишком длинные – чрезмерно амбициозные стремления.



Руки расслабленные и гибкие – хорошая приспособляемость в межперсональных отношениях.

Руки напряженные и прижатые к телу – неповоротливость, ригидность.

Руки очень короткие – отсутствие стремлений вместе с чувством неадекватности.

Руки слишком крупные – сильная потребность в лучшей приспособляемости в социальных отношениях с чувством неадекватности и склонностью к импульсивному поведению.

Отсутствие рук – чувство неадекватности при высоком интеллекте.

Деформация или акцентирование руки или ноги на левой стороне – социально-ролевой конфликт.

Руки изображены близко к телу – напряжение.

Большие руки и ноги у мужчины – грубость, черствость.

Сужающиеся руки и ноги – женственность.

Руки длинные – желание чего-то достигнуть, завладеть чем-либо.

Руки длинные и слабые – зависимость, нерешительность, потребность в опеке.

Руки, повернутые в стороны, достающие что-то – зависимость, желание любви, привязанности.

Руки вытянуты по бокам – трудности в социальных контактах, страх перед агрессивными импульсами.

Руки сильные – агрессивность, энергичность.

Руки тонкие, слабые – ощущение недостаточности достигнутого.

Рука как боксерская перчатка – вытесненная агрессия.

Руки за спиной или в карманах – чувство вины, неуверенность в себе.

Руки неясно очерчены – нехватка самоуверенности в деятельности и социальных отношениях.

Руки большие – компенсация ощущаемой слабости и вины.

Руки отсутствуют в женской фигуре – материнская фигура воспринимается как нелюбящая, отвергающая, неподдерживающая.

Пальцы отделены (обрублены) – вытесненная агрессия, замкнутость.

Большие пальцы – грубость, черствость, агрессия. Пальцев больше пяти – агрессивность, амбиции.

Пальцы без ладоней – грубость, черствость, агрессия.

Пальцев меньше пяти – зависимость, бессилие.

Пальцы длинные – скрытая агрессия.

Пальцы сжаты в кулаки – бунтарство, протест.

Кулаки прижаты к телу – вытесненный протест.

Кулаки далеко от тела – открытый протест.

Пальцы крупные, как гвозди (шипы) – враждебность.

Пальцы одномерные, обведены петлей – сознательные усилия против агрессивного чувства.

Ноги непропорционально длинные – сильная потребность независимости и стремление к ней.

Ноги слишком короткие – чувство физической или психологической неловкости.

Рисунок начат со ступней и ног – боязливость.

Ступни не изображены – замкнутость, робость.

Ноги широко расставлены – откровенное пренебрежение (неподчинение, игнорирование или незащищенность).

Ноги неодинаковых размеров – амбивалентность в стремлении к независимости.

Ноги отсутствуют – робость, замкнутость.

Ноги акцентированы – грубость, черствость.

Ступни – признак подвижности (физиологической или психологической) в межперсональных отношениях.

Ступни непропорционально длинные – потребность безопасности. Потребность демонстрировать мужественность.

Ступни непропорционально мелкие – скованность, зависимость.

### *Поза*

Лицо изображено так, что виден затылок – тенденция к замкнутости.

Голова в профиль, тело анфас – тревога, вызванная социальным окружением и потребностью в общении.

Человек, сидящий на краешке стула – сильное желание найти выход из ситуации, страх, одиночество, подозрение.

Человек, изображенный бегущим – желание убежать, скрыться от кого-либо.

Человек с видимыми нарушениями пропорций по отношению к правой и левой стороне – отсутствие личного равновесия.

Человек без определенных частей тела указывает на отвержение, непризнание человека в целом или его отсутствующих частей (актуально или символично изображенных).

Человек в слепом бегстве – возможны панические страхи.

Человек в плавном легком шаге – хорошая приспособляемость.

Человек – абсолютный профиль – серьезная отрешенность, замкнутость и оппозиционные тенденции.

Профиль амбивалентный – определенные части тела изображены с другой стороны по отношению к остальным, смотрят в разные стороны – особо сильная фрустрация со стремлением избавиться от неприятной ситуации.

Неуравновешенная стоячая фигура – напряжение.

Куклы – уступчивость, переживание доминирования окружения.

Робот вместо мужской фигуры – деперсонализация, ощущение внешних контролирующих сил.

Фигура из палочек – может означать увиливание и негативизм.

Фигура Бабы-Яги – открытая враждебность к женщинам. Клоун, карикатура – свойственное подросткам ощущение неполноценности. Враждебность, самопрезрение.

*Фон. Окружение*

Тучи – боязливая тревога, опасения, депрессия. Забор для опоры, контур земли – незащищенность. Фигура человека на ветру – потребность в любви, привязанности, заботливой теплоте.

Линия основы (земли) – незащищенность. Представляет собой необходимую точку отсчета (опоры) для конструирования целостности рисунка, придает стабильность. Значение этой линии иногда зависит от придаваемого ей субъектом качества, например, «мальчик катается на тонком льду». Основу чаще рисуют под домом или деревом, реже – под человеком.

Оружие – агрессивность.

*Многоплановые критерии*

Разрывы линий, стертые детали, пропуски, акцентирование, штриховка – сфера конфликта.

Пуговицы, бляшка ремня, подчеркнута вертикальная ось фигуры, карманы – зависимость.

Контур. Нажим. Штриховка. Расположение

Мало гнутых линий, много острых углов – агрессивность, плохая адаптация.

Закругленные (округленные) линии – женственность.

Комбинация уверенных, ярких и легких контуров – грубость, черствость.

Контур неяркий, неясный – боязливость, робость.

Энергичные, уверенные штрихи – настойчивость, безопасность.

Линии неодинаковой яркости – напряжение.

Тонкие продленные линии – напряжение.

Необрывающийся, подчеркнутый контур, обрамляющий фигуру, – изоляция.

Эскизный контур – тревога, робость.

Разрыв контура – сфера конфликтов.

Подчеркнута линия – тревога, незащищенность. Сфера конфликтов. Регрессия (особенно по отношению к подчеркнутой детали).

Зубчатые, неровные линии – дерзость, враждебность. Уверенные твердые линии – амбиции, рвение.

Яркая линия – грубость.

Сильный нажим – энергичность, настойчивость. Большая напряженность.

Легкие линии – недостаток энергии. Легкий нажим – низкие энергетические ресурсы, скованность.

Линии с нажимом – агрессивность, настойчивость.

Неровный, неодинаковый нажим – импульсивность, нестабильность, тревога, незащищенность.

Изменчивый нажим – эмоциональная нестабильность, лабильные настроения.

*Длина штрихов*

Если пациент возбудимый, штрихи укорачиваются, если нет – удлиняются.

Прямые штрихи – упрямство, настойчивость, упорство.

Короткие штрихи – импульсивное поведение.

Ритмичная штриховка – чувствительность, сочувствие, раскованность.

Короткие, эскизные штрихи – тревога, неуверенность.

Штрихи угловатые, скованные – напряженность, замкнутость.

Горизонтальные штрихи – подчеркивание воображения, женственность, слабость.

Неясные, разнообразные, изменчивые штрихи – незащищенность, недостаток упорства, настойчивости.

Вертикальные штрихи – упрямство, настойчивость, решительность, гиперактивность.

Штриховка справа налево – интраверсия, изоляция.

Штриховка слева направо – наличие мотивации.

Штриховка от себя – агрессия, экстраверсия.

Стирания – тревожность, опасливость.

Частые стирания – нерешительность, недовольство собой. Стирание при перерисовке (если перерисовка более совершенна) – это хороший знак.

Стирание с последующей порчей (ухудшением) рисунка – наличие сильной эмоциональной реакции на рисуемый объект или на то, что он символизирует для субъекта.

Стирание без попытки перерисовать (т.е. поправить) – внутренний конфликт или конфликт собственно этой деталью (или с тем, что она символизирует).

Большой рисунок – экспансивность, склонность к тщеславию, высокомерию.

Маленькие фигуры – тревога, эмоциональная зависимость, чувства дискомфорта и скованности.

Очень маленькая фигура с тонким контуром – скованность, чувство собственной малоценности и незначительности.

Недостаток симметрии – незащищенность.

Рисунок у самого края листа – зависимость, неуверенность в себе.

Рисунок на весь лист – компенсаторное превознесение себя в воображении.

### *Детали*

Здесь важно их знание, способность оперировать ими и приспособиться к конкретным практическим условиям жизни. Ис-

следователь должен заметить степень заинтересованности субъекта такими вещами, степень реализма, с которым он их воспринимает; относительную значимость, которую он им придает; способ соединения этих деталей в совокупность.

Детали существенные – отсутствие существенных деталей в рисунке субъекта, который, как известно, сейчас или в недалеком прошлом характеризовался средним или более высоким интеллектом, чаще показывает интеллектуальную деградацию или серьезное эмоциональное нарушение.

Избыток деталей – «неизбежность телесности» (неумение ограничить себя) указывает на вынужденную потребность наладить всю ситуацию, на чрезмерную заботу об окружении. Характер деталей (существенные, несущественные или странные) может послужить для более точного определения специфичности чувствительности.

Лишнее дублирование деталей – субъект, скорее всего, не умеет входить в тактичные и пластичные контакты с людьми.

Недостаточная детализация – тенденции к замкнутости.

Особо щепетильная детализация – скованность, педантичность.

*Ориентация в задании*

Способность к критической оценке рисунка при просьбе раскритиковать его – критерии неутраченного контакта с реальностью.

Принятие задания с минимальным протестом – хорошее начало, за которым следует усталость и прерывание рисования.

Извинения из-за рисунка – недостаточная уверенность.

По ходу рисования уменьшаются темп и продуктивность – быстрое истощение.

Название рисунка – экстраверсия, потребность и поддержка. Мелочность.

Подчеркнута левая половина рисунка – идентификация с женским полом.

Упорно рисует, несмотря на трудности – хороший прогноз, энергичность.

Сопротивление, отказ от рисования – скрывание проблем, нежелание раскрыть себя.

## «Дерево»

Интерпретация по К. Коху исходит из положений К. Юнга (дерево – символ стоящего человека). Корни – коллектив, бессознательное. Ствол – импульсы, инстинкты, примитивные стадии. Ветви – пассивность или противостояние жизни.

Интерпретация рисунка дерева всегда содержит постоянное ядро (корни, ствол, ветви) и элементы украшений (листва, плоды, пейзаж). Как уже отмечалось, интерпретация К. Коха была направлена в основном на выявление патологических признаков и особенностей психического развития. На наш взгляд, в интерпретации имеется ряд противоречий, а также наблюдается использование понятий, которые трудно конкретизировать. Например, в интерпретации признака «округленная крона», «недостаток энергии», «дремота», «клевание носом» и тут же «дар наблюдательности», «сильное воображение», «частый выдумщик» или: «недостаточная концентрация» – чего? Какая реальность стоит за этим понятием? Остается неизвестным. К тому же толкование признаков содержит чрезмерное употребление обыденных определений. Например: «пустота», «напыщенность», «высокопарность», «плоский», «пошлый», «мелкий», «недалекий», «жеманство», «притворство», «чопорность», «вычурность», «фальшивость» и тут же – «дар конструктивности», «способности к систематике», «техническая одаренность»; или сочетание «самодисциплина», «самообладание», «воспитанность»–«напыщенность», «чванство», «безучастность», «равнодушие».

Мы хотели бы обратить внимание на то, что при общении с нормальными людьми в процессе психологического консультирования вряд ли допустимо произносить подобные эпитеты в их адрес.

Земля приподнимается к правому краю рисунка – задор, энтузиазм.

Земля опускается к правому краю листа – упадок сил, недостаточность стремлений.

### *Корни*

Корни меньше ствола – тяга к спрятанному, закрытому. Корни равны стволу – более сильное любопытство, уже представляющее проблему.

Корни больше ствола – интенсивное любопытство, может вызвать тревогу.

Корни обозначены чертой – детское поведение в отношении того, что держится в секрете.

Корни в виде двух линий – способность к различению и рассудительность в оценке реального; различная форма этих корней может быть связана с желанием жить, подавлять или выражать некоторые тенденции в незнакомом кругу или близком окружении.

Симметрия – стремление казаться в согласии с внешним миром. Выраженная тенденция сдерживать агрессивность. Колебания в выборе позиции по отношению к чувствам, амбивалентность, моральные проблемы.

Расположение на листе двойственное – отношение к прошлому, к тому, что изображает рисунок, т.е. к своему поступку. Двойное желание: независимости и защиты в рамках окружения. Центральная позиция – желание найти согласие, равновесие с окружающими. Свидетельствует о потребности в жесткой и неукоснительной систематизации с опорой на привычки.

Расположение слева направо – увеличивается направленность на внешний мир, на будущее. Потребность в опоре на авторитет; поиски согласия с внешним миром; честолюбие, стремление навязывать себя другим, ощущение покинутости; возможны колебания в поведении.

#### *Форма листы*

Круглая крона – экзальтированность, эмоциональность.

Круги в листе – поиск успокаивающих и вознаграждающих ощущений, чувства покинутости и разочарования.

Ветви опущены – потеря мужества, отказ от усилий.

Ветви вверх – энтузиазм, порыв, стремление к власти.

Ветви в разные стороны – поиск самоутверждения, контактов, самораспыление. Суегливость, чувствительность к окружающему, отсутствие противостояния ему.

Листва-сетка, более или менее густая – большая или меньшая ловкость в избегании проблемных ситуаций.

Листва из кривых линий – восприимчивость, открытое принятие окружающего.



Открытая и закрытая листва на одном рисунке – поиски объективности.

Закрытая листва охрана своего внутреннего мира детским способом.

Закрытая густая листва – скрытая агрессивность.

Детали листвы, не связанные с целым – малозначительные детали принимаются за характеристику явления в целом.

Ветви выходят из одного участка на стволе – детские поиски защиты, норма для ребенка семи лет.

Ветви нарисованы одной линией – бегство от неприятностей реальности, ее трансформация и приукрашивание.

Толстые ветви – хорошее различение действительности.

Листья-петельки – предпочитает использовать обаяние.

Пальма – стремление к перемене мест.

Листва-сетка – уход от неприятных ощущений.

Листва как узор – женственность, приветливость, обаяние.

Плакучая ива – недостаток энергии, стремление к твердой опоре и поиск позитивных контактов; возвращение к прошлому и опыту детства; трудности в принятии решений.

Зачернение, штриховка – напряжение, тревожность.

*Ствол*

Заштрихованный ствол – внутренняя тревога, подозрительность, боязнь быть покинутым; скрытая агрессивность.

Ствол в форме разломанного купола – желание походить на мать, делать все, как она, или желание походить на отца, помериться с ним силой, рефлексия неудач.

Ствол из одной линии – отказ реально смотреть на вещи.

Ствол нарисован тонкими линиями, крона толстыми – может самоутверждаться и действовать свободно.

Листва тонкими линиями – тонкая чувствительность, внушаемость.

Ствол линиями с нажимом – решительность, активность, продуктивность.

Линии ствола прямые – ловкость, находчивость, не задерживается на тревожащих фактах.

Линии ствола кривые – активность заторможена тревогой и мыслями о непреодолимости препятствий.

«Вермишель» – тенденция к скрытности ради злоупотреблений, неподвижные атаки, скрытая ярость.

Ветви не связаны со стволом – уход от реальности, несоответствующей желанием, попытка «убежать» в мечты и игры.

Ствол открыт и связан с листвой – высокий интеллект, нормальное развитие, стремление сохранить внутренний мир.

Ствол оторван от земли – недостаток контакта с внешним миром; жизнь повседневная и духовная мало связаны.

Ствол ограничен снизу – ощущение несчастья, поиск поддержки.

Ствол расширяется книзу – поиск надежного положения в своем кругу.

Ствол сужается книзу – ощущение безопасности в кругу, который не дает желаемой опоры; изоляция и стремление укрепить свое «Я» против беспокойного мира.

Общая высота – нижняя четверть листа – зависимость, недостаток веры в себя, компенсаторные мечты о власти.

Нижняя половина листа – менее выраженная зависимость и робость.

Три четверти листа – хорошее приспособление к среде.

Лист использован целиком – хочет быть замеченным, рассчитывать на других, самоутверждаться.

Высота листа (страница делится на восемь частей):

1/8 – недостаток рефлексии и контроля. Норма для ребенка четырех лет,

1/4 – способность осмысливать свой опыт и тормозить свои действия,

3/8 – хорошие контроль и рефлексия,

1/2 – интериоризация, надежды, компенсаторные мечты,

5/8 – интенсивная духовная жизнь,

6/8 – высота листвы находится в прямой зависимости от интеллектуального развития и духовных интересов,

7/8 – листва почти на всю страницу – бегство в мечты.

*Манера изображения*

Острая вершина – защищается от опасности, настоящей или мнимой, воспринимаемой как личный выпад; желание действовать на других, атакует или защищается, трудности в контактах; хочет компенсировать чувство неполноценности, стремление к

власти; поиск безопасного убежища из-за чувства покинутости для твердого положения, потребность в нежности.

Множественность деревьев (несколько деревьев на одном листе) – детское поведение, испытуемый не следует данной инструкции.

Два дерева – могут символизировать себя и другого близкого человека (см. положение на листе и другие моменты интерпретации).

Добавление к дереву различных объектов – трактуется в зависимости от конкретных объектов.

Пейзаж – означает сентиментальность.

Переворачивание листа – независимость, признак интеллекта, рассудительность.

*Земля*

Земля изображена одной чертой – сосредоточенность на Цели, принятие некоторого порядка.

Земля изображена несколькими различными чертами – Действия в соответствии со своими собственными правилами, потребность в идеале. Несколько совместных линий, изображающих землю и касающихся края листа – спонтанный контакт, внезапное удаление, импульсивность, капризность.

### Тест Люшера

Хорошо известно, что воздействие цвета может вызывать у человека как физиологический, так и психологический эффект. Это обстоятельство давно уже учитывается в искусстве, эстетике гигиене производства. Поскольку эмоциональное отношение к цвету может характеризоваться или предпочтением его (выбором), или безразличием, или отказом от него (негативной оценкой), то оно учитывается и в психодиагностике.

Тест Люшера основан на предположении о том, что выбор цвета отражает нередко направленность испытуемого на определенную деятельность, настроение, функциональное состояние и наиболее устойчивые черты личности.

Зарубежные психологи применяют иногда тест Люшера в целях профориентации при подборе кадров, комплектовании производственных коллективов, в этнических, геронтологических исследованиях, при рекомендациях по выбору брачных партнеров. Значения цветов в их психологической интерпретации определялись в ходе разностороннего обследования многочисленного контингента различных испытуемых.

Характеристика цветов (по Люшеру) включает в себя 4 основных и 4 дополнительных цвета.

Основные цвета:

- 1) синий – спокойствие, удовлетворенность;
- 2) сине-зеленый – чувство уверенности, настойчивости, иногда упрямство;
- 3) оранжево-красный – символизируют силу волевого усилия, агрессивность, наступательные тенденции, возбуждение;
- 4) светло-желтый – активность, стремление к общению, экспансивность, веселость.

При отсутствии конфликта в оптимальном состоянии основные цвета должны занимать преимущественно первые пять позиций.

Дополнительные цвета: 5) фиолетовый, 6) коричневый, 7) черный, 8) нулевой (0) символизируют негативные тенденции: тревожность, стресс, переживание страха, огорчения. Значение

этих цветов (как и основных) в наибольшей степени определяется их взаимным расположением, распределением по позициям, что будет показано ниже.

**Инструкция** (для психолога): «Перемешайте цветные карточки и положите цветовой поверхностью вверх. Попросите испытуемого выбрать из восьми цветов тот, который ему больше всего нравится. При этом нужно пояснить, что он должен выбрать цвет как таковой, не пытаясь соотнести его с любимым цветом в одежде, цветом глаз и т.п.

Испытуемый должен выделить наиболее приятный цвет из восьми. Карточку с выбранным цветом следует отложить в сторону, перевернув цветной стороной вниз. Попросите выбрать из оставшихся семи цветов наиболее приятный. Выбранную карточку следует положить цветной стороной вниз справа от первой. Повторите процедуру. Перепишите номера карточек в установленном порядке. Через 2–3 мин опять положите карточки цветовой стороной кверху и проделайте то же самое. При этом поясните, что испытуемый не должен вспомнить порядок раскладки в первом выборе и сознательно менять предыдущий порядок. Он должен выбирать цвета, как будто впервые.

Первый выбор характеризует желаемое состояние, второй – действительное. В зависимости от цели исследования можно интерпретировать результаты соответствующего тестирования».

В результате тестирования получаем восемь позиций:

первая и вторая – явное предпочтение (обозначаются ++);

третья и четвертая – предпочтение (обозначаются хх);

пятая и шестая – безразличие к цвету (=);

седьмая и восьмая – антипатия к цвету (--).

На основании анализа более 3600 результатов исследований М. Люшер дал примерную характеристику выбранных позиций:

*1-я позиция* отражает средства достижения цели (например: выбор синего цвета говорит о намерении действовать спокойно без излишнего напряжения);

*2-я позиция* показывает цель, к которой стремится испытуемый;

*3-я и 4-я позиции* характеризуют предпочтение цвету и отражают ощущение испытуемым истинной ситуации, в которой

он находится, или же образ действий, который ему подсказывает ситуация;

5-я и 6-я позиции характеризуют безразличие к цвету, нейтральное к нему отношение. Они как бы свидетельствуют, что испытуемый не связывает свое состояние, настроение, мотивы с данными цветами. Однако в определенной ситуации эта позиция может содержать резервную трактовку цвета, например, синий цвет (цвет покоя) откладывается временно как неподходящий в данной ситуации;

7-я и 8-я позиции характеризуют негативное отношение к цвету, стремление подавить какую-либо потребность, мотив, настроение, отражаемые данным цветом.

Запись выбранных цветов осуществляется перечнем номеров в порядке предпочтения с указанием позиций. Например, при выборе красного, желтого, синего, серого, зеленого, фиолетового, коричневого и черного цветов записывается:

++ X x= --

3 4 1 0 2 5 6 7.

Зоны ++; xx; =; -- образуют 4 функциональные группы.

### **Интерпретация результатов тестирования**

Как отмечалось, одним из приемов трактовки результатов выбора является оценка положения основных цветов. Если они занимают позицию далее пятой, значит, характеризующие ими свойства, потребности не удовлетворены, следовательно, имеют место тревожность, негативное состояние.

Рассматривается взаимное положение основных цветов. Когда, например, номера 1 и 2 (синий и желтый) находятся рядом (образуя функциональную группу), подчеркивается их общая черта – субъективная направленность «вовнутрь». Совместное положение цветов номер 2 и 3 (зеленого и красного) указывает на автономность, самостоятельность в принятии решений, инициативность. Сочетание цветов номер 3 и 4 (красного и желтого) подчеркивает направленность «вовне». Сочетание цветов номер 1 и 4 (синего и желтого) усиливает представление зависимости испытуемых от среды. При сочетании цветов номер 1 и 3 (синего и красного) в одной функциональной группе подчеркивается благоприятный баланс зависимости от среды и субъек-

тивной направленности (синий цвет) и автономности, направленности «вовне» (красный Цвет). Сочетание зеленого и желтого цветов (номер 2 и 4) рассматривается как противопоставление субъективного стремления «вовнутрь», автономности, упрямства стремлению вовне зависимости от среды.

Основные цвета, по мнению М. Люшера, символизируют следующие психологические потребности:

№ 1 (синий) – потребность в удовлетворении, спокойствии, устойчивой положительной привязанности;

№ 2 (зеленый) – потребность в самоутверждении;

№ 3 (красный) – потребность активно действовать и добиться успеха.

№ 4 (желтый) – потребность в перспективе, надеждах на лучшее, мечтах.

Если основные цвета находятся в 1-й – 5-й позициях считается, что эти потребности в известной мере удовлетворяют воспринимаются как удовлетворяемые; если они в 6-й позиции, имеет место какой-либо конфликт, тревожность, неудовлетворенность из-за неблагоприятных обстоятельств. Отвергаемый цвет может рассматриваться как источник стресса. Например, отвергаемый синий цвет означает неудовлетворенность отсутствием покоя, привязанности.

Возможности оценки работоспособности в ходе анализа выбора цветов М. Люшер учитывал, исходя из следующих посылок.

Зеленый цвет характеризует гибкость волевых проявлений в сложных условиях деятельности, чем обеспечивается поддержание работоспособности.

Красный цвет характеризует силу воли и чувство удовлетворенности стремлением к достижению цели, что также содействует поддержанию работоспособности.

Желтый цвет отражает надежды на успех, спонтанное удовлетворение от участия в деятельности (иногда без четкого осознания ее деталей), ориентацию на дальнейшую работу.

Если эти три цвета стоят в начале ряда и все вместе, то вероятно более продуктивная деятельность, более высокая работоспособность. Если же они находятся во второй половине ряда и отделены друг от друга, прогноз менее благоприятный.

Показатели тревоги. Если основной цвет стоит на 6-м месте, он обозначается знаком «←», и все остальные, что находятся за ним (7-я – 8-я позиции), обозначаются этим же знаком. Следует рассматривать как отвергаемые цвета, как причину тревожности, негативного состояния.

В тесте Люшера такие случаи дополнительно помечаются буквой «А» над номером цвета и знаком «←», например:

AAA 1 6 0

Показатели **компенсации**. При наличии источника стресса, тревоги (выражаемого каким-либо основным цветом, помещенным на 6-ю и 8-ю позиции) цвет, поставленный в 1-ю позицию, осматривается как показатель компенсации (компенсирующий мотив, настроение, поведение). В этом случае над цифрой, занижающей 1-е место, ставится буква С. Считается явлением более или менее нормальным, когда компенсация проходит за счет одного из основных цветов. В то же время, сам факт наличия показателя стресса и компенсации всегда свидетельствует о недостаточной оптимальности состояния.

В тех же случаях, когда компенсация проходит за счет дополнительных цветов, результаты теста трактуются как показатели негативного состояния, негативных мотивов, негативного отношения к окружающей ситуации.

Показатели **интенсивности тревоги** характеризуются позицией, занимаемой основными цветами. Если основной цвет на 6-м месте, фактор, вызывающий тревогу, считается относительно слабым (это отмечается одним восклицательным знаком); если цвет в 7-й позиции, ставятся два восклицательных знака (!!); если основной цвет в 8-й позиции, ставятся три знака (!!!). Таким образом может быть поставлено до 6 знаков, характеризующих источники стресса, тревоги, например:

! !! !!!

A~ A~ A

2 1 4

Подобным же образом оцениваются случаи неблагоприятной компенсации. Если компенсацией служит какой-либо из основных цветов или фиолетовый, не ставятся никаких знаков. Если серый, коричневый или черный цвет занимают 3-ю позицию, ставят один восклицательный знак (!), если 2-ю позицию,



ставится два знака (!!), если первую позицию, ставится три знака (!!!). Таким образом, их может быть 6, например:

		!!!
	с~	
+	+	+
т		У

Считается, что чем больше знаков «!», тем прогноз неблагоприятнее.

С учетом полученных результатов тестирования целесообразно организовать мероприятия по регуляции и саморегуляции психических состояний, аутогенной тренировки. Повторное тестирование после таких мероприятий (в сочетании с другими методиками) может дать информацию о снижении тревожности, напряженности.

Особо важное значение при интерпретации результатов тестирования имеет оценка цвета в последней 8-й позиции (или в 4-й функциональной группе при наличии двух цветов со знаком «←»). Если цвета в этой позиции помечены восклицательными знаками, значит достаточно велика вероятность развития у испытуемого состояния тревожности.

Обратите внимание на соотношение первой и восьмой позиций, имеет ли место компенсация, по нормальной ли схеме она построена?

Может быть также проанализировано отношение цветов во 2-й и 3-й позициях (желаемая цель и фактическая ситуация). Нет ли между ними конфликта? Например, красный цвет во второй и серый в третьей позициях символизируют конфликт между целью, мотивами и оценкой реального своего состояния.

Анализируя и интерпретируя результаты теста Люшера, полученную психодиагностическую информацию следует сопоставлять с материалами анкетирования, наблюдения, бесед, изучения документов об испытуемых. Только при таком разностороннем изучении личности можно делать какие-то заключения о чертах личности, ее психологических особенностях.

То же самое следует сказать о перспективах использования результатов теста для оценки состояния, в частности, эмоцио-

нального состояния, напряженности, тревожности. Однако совпадение показателей цветового теста (выбор цветов 6, 7, 0 в первой позиции) и данных анкетирования и наблюдения позволяет с большей уверенностью судить о развитии у испытуемых различных негативных состояний.

### **Интерпретация цветных пар по Люшеру**

#### *Позиции «++»*

Первый цвет синий

+1 +2 (синий и зеленый) – чувство удовлетворенности, спокойствия, стремление к спокойной обстановке, нежелание участвовать в конфликтах, стрессе.

+1 +3 (синий и красный) – чувство целостности, активное и не всегда осознанное стремление к тесным отношениям. Потребность во внимании со стороны других.

+1 +5 (синий и фиолетовый) – небольшое беспокойство, потребность в тонком окружении, стремление к эстетическому.

+1 +6 (синий и коричневый) – беспокойство, страх одиночества, стремление уйти от конфликтов, избежать стресса.

+1 +7 (синий и черный) – негативное состояние, стремление к покою, отдыху, неудовлетворенность отношением к себе, негативное отношение к ситуации.

+1 +0 (синий и серый) – негативное состояние, потребность освободиться от стресса, стремление к покою, отдыху.

Первый цвет зеленый

+2 +1 (зеленый и синий) – позитивное состояние, стремление к признанию, к деятельности, обеспечивающей успех.

+2 +3 (зеленый и красный) – активное стремление к успеху, к самостоятельным решениям, преодолению преград в деятельности.

+2 +4 (зеленый и желтый) – небольшое беспокойство, стремление к признанию, популярности, желание произвести впечатление.

+2 +5 (зеленый и фиолетовый) – небольшое беспокойство, стремление к признанию, популярности, желание супервпечатлений, повышенное внимание к реакциям окружающих на свои поступки.

+2 +6 (зеленый и коричневый) – чувство неудовлетворенности, усталости, переоценка значимости отношения к себе со стороны окружающих.

+2 +7 (зеленый и черный) – чувство обиды, злости, стремлении жесткости, авторитетности в отношениях.

+2 +0 (зеленый и серый) – чувство неудовлетворенности, стремление к признанию, желание произвести впечатление.

Первый цвет красный

+3 +1 (красный и синий) – деловое возбуждение, активное стремление к деятельности, впечатлениям, удовольствиям.

+3 +2 (красный и зеленый) – деловое возбуждение, активное стремление к цели, преодолению всех трудностей, стремление к высокой оценке своей деятельности.

+3 +4 (красный и желтый) – деловое, слегка повышенное возбуждение, увлеченность, оптимизм, стремление к контактам, расширение сферы деятельности.

+3 +5 (красный и фиолетовый) – повышенное возбуждение, не всегда адекватная увлеченность, стремление произвести впечатление.

+3 +6 (красный и коричневый) – негативное настроение, огорчение из-за неудачи, нежелание лишиться благоприятной ситуации.

+3 +7 (красный и черный) – негативное настроение, злость, стремление уйти из неблагоприятной ситуации.

+3 +0 (красный и серый) – чувство неудовлетворенности, направленность на рискованное действие.

Первый цвет желтый

+4 +1 (желтый и синий) – настроение в общем положительное, стремление к позитивному эмоциональному состоянию, взаимовыдержке.

+4 +2 (желтый и зеленый) – настроение в общем положительное, желание поиска первых путей решения стоящих задач, стремление к самоутверждению.

+4 +3 (желтый и красный) – несколько повышенное деловое возбуждение, стремление к широкой активности.

+4 +5 (желтый и фиолетовый) – эйфория, стремление к ярким событиям, желание произвести впечатление.

+4 +6 (желтый и коричневый) – негативное настроение, огорчение и потребность в эмоциональной разрядке, отдыхе.

+4 +7 (желтый и черный) – весьма негативное настроение, стремление уйти от любых проблем, склонность к необходимым, малоадекватным решениям.

+4 +0 (желтый и серый) – негативное угнетенное состояние: стремление выйти из неприятной ситуации, нечеткое представление том, как это сделать.

#### Первый цвет фиолетовый

+5 +1 (фиолетовый и синий) – неопределенное настроение, стремление к согласию и гармонии.

+5 +2 (фиолетовый и зеленый) – настроженность, желание процвести впечатление.

+5 +3 (фиолетовый и красный) – некоторое возбуждение, увлеченность, активное стремление произвести впечатление.

+5 +4 (фиолетовый и желтый) – возбуждение, фантазирование, стремление к ярким событиям.

+5 +6 (фиолетовый и коричневый) – возбуждение, направленность на сильные эмоциональные переживания.

+5 +7 (фиолетовый и черный) – негативное состояние.

+5 +0 (фиолетовый и серый) – напряжение, стремление оградить себя от конфликтов, стресса.

#### Первый цвет коричневый

+6 +1 (коричневый и синий) – напряжение, страх одиночества, желание уйти из неблагоприятной ситуации.

+6 +2 (коричневый и зеленый) – чувство беспокойства, стремление к строгому контролю над собой, чтобы избежать ошибки.

+6 +3 (коричневый и красный) – активное стремление к эмоциональной разрядке.

+6 +4 (коричневый и желтый) – утрата веры в положительные перспективы, вероятность необдуманных решений («мне все равно»).

+6 +5 (коричневый и фиолетовый) – чувство неудовлетворенности, стремление к комфорту.

+6 +7 (коричневый и черный) – негативное состояние, разочарование, стремление к покою, желание уйти от активности.

+6 +0 (коричневый и серый) – весьма негативное состояние, стремление уйти от сложных проблем, а не бороться с ними.

Первый цвет черный

+7 +1 (черный и синий) – весьма негативное состояние, стремление уйти от проблем («оставили бы в покое»).

+7 +2 (черный и зеленый) – возбуждение, гневное отношение к окружающим, не всегда адекватное упрямство.

+7 +3 (черный и красный) – сильное возбуждение, возможны аффективные поступки.

+7 +4 (черный и желтый) – весьма негативное состояние, отчаяние, суицидные мысли.

+7 +5 (черный и фиолетовый) – напряженность, мечты о гармонии.

+7 +6 (черный и коричневый) – возбуждение, постановка нереальных задач, стремление уйти от беспокойных мыслей, неблагоприятных ситуаций.

+7 +0 (черный и серый) – чувство безнадежности, обреченности стремление сопротивляться всему, неадекватность.

Первый цвет серый

+0 +1 (серый и синий) – негативное состояние, желание спокойной ситуации.

+0 +2 (серый и зеленый) – негативное состояние, ощущение враждебности окружающих и желание оградиться от среды.

+0 +3 (серый и красный) – негативное состояние, повышенные требования к окружающим, не всегда адекватная активность.

+0 +4 (серый и желтый) – негативное состояние, стремление уйти от проблем, а не решать их.

+0 +5 (серый и фиолетовый) – чувство беспокойства, напряженности, стремление скрыть это чувство.

+0 +6 (серый и коричневый) – весьма негативное состояние, стремление уйти от всего сложного, трудного, от волнения.

+0 +7 (серый и черный) – весьма негативное состояние, обида, чувство угнетенности, вероятность неадекватных решений.

#### *Позиции «--»*

Первый цвет серый

-0 -1 (серый и синий) – чувство неудовлетворенности, эмоциональной напряженности.

-0 -2 (серый и зеленый) – эмоциональная напряженность, желание выйти из неблагоприятной ситуации.

-0 -3 (серый и красный) – раздражение, беспомощность.

-0 -4 (серый и желтый) – тревожность, неуверенность в своих силах.

-0-5 (серый и фиолетовый) – небольшое контролируемое возбуждение.

-0 -6 (серый и коричневый) – тревожность, неуверенность в своих силах, но при этом завышенная требовательность, желание достичь признания своей личности.

-0 -7 (серый и черный) – отрицание каких-либо ограничений своей личности, активное стремление к деятельности.

Первый цвет синий

-1 -2 (синий и зеленый) – сильное напряжение, стремление и виться от негативного стрессового состояния.

-1 -3 (синий и красный) – сильное напряжение, чувство беспомощности, желание выйти из эмоциональной ситуации.

-1 -4 (синий и желтый) – состояние, близкое к стрессу, эмоциональные негативные переживания, беспомощность.

-1 -5 (синий и фиолетовый) – состояние, близкое к стрессу, сложность взаимоотношений, чувство ограниченности в возможностях, нетерпеливость.

-1 -6 (синий и коричневый) – эмоциональная неудовлетворенность, самоограничение, поиск поддержки.

-1 -7 (синий и черный) – состояние, близкое к стрессу, эмоциональная неудовлетворенность, стремление уйти из психогенной ситуации.

-1 -0 (синий и серый) – несколько угнетенное состояние, тревожность, ощущение бесперспективности.

### Первый цвет зеленый

-2 -1 (зеленый и синий) – угнетенное состояние, неверие в свои силы, стремление уйти из неприятной ситуации.

-2 -3 (зеленый и красный) – сильное возбуждение, тягостные переживания, отношения со средой считает для себя враждебными, возможны аффективные поступки.

-2 -4 (зеленый и желтый) – состояние, близкое к фрустрации, чувство разочарования, нерешительности.

-2 -5 (зеленый и фиолетовый) – состояние, близкое к стрессу, чувство оскорбленного достоинства, неверие в свои силы.

-2 -6 (зеленый и коричневый) – состояние, близкое к стрессовому, неадекватно повышенный самоконтроль, необоснованное стремление к признанию.

-2 -7 (зеленый и черный) – состояние фрустрации из-за ограничения амбициозных требований, недостаточная целеустремленность.

-2 -0 (зеленый и серый) – состояние фрустрации, раздраженность из-за ряда неудач, снижение волевых качеств.

### Первый цвет красный

-3 -1 (красный и синий) – подавляемое возбуждение, раздражительность, нетерпеливость, поиск выхода из негативных отношений, божившихся с близкими людьми.

-3 -2 (красный и зеленый) – состояние стресса из-за неадекватный самооценки.

-3 -4 (красный и желтый) – мнительность, тревожность, неадекватная оценка среды, стремление к самооправданию.

-3 -5 (красный и фиолетовый) – состояние стресса из-за неудачных попыток достичь взаимопонимания, чувство неуверенности, беспомощности, желание сочувствия.

-3 -6 (красный и коричневый) – сильное напряжение, вызванная иногда сексуальным самоограничением, отсутствие дружеских контактов, неуверенность в своих силах.

-3 -7 (красный и черный) – состояние стресса из-за глубоко разочарования, фрустрация, чувство тревожности, бессилия решить конфликтную проблему, желание выйти из фрустрирующей ситуации любым путем, сомнение в том, что это удастся.

-3 -0 (красный и серый) – сдерживаемое возбуждение, чувств утрачиваемой перспективы, вероятность нервного истощения.

Первый цвет желтый

-4-1 (желтый и синий) – чувство разочарования, состояние, близкое к стрессу, стремление подавить негативные эмоции.

-4 -2 (желтый и зеленый) – состояние нерешительности, тревожности, разочарования.

-4 -3 (желтый и красный) – состояние стресса, сопровождаемое возбуждением, сомнения в успехе, претензии, не подкрепляемые реальными возможностями, самооправдание.

-4 -5 (желтый и фиолетовый) – эмоциональное разочарование чувство беспокойства, тревоги, разочарования.

-4 -7 (желтый и черный) – напряженность, чувство неуверенности, настороженности, стремление избежать контроля извне.

-4 -0 (желтый и серый) – напряженность, боязнь потерять что-то важное, упустить возможности, напряженное ожидание.

Первый цвет фиолетовый

-5 -1 (фиолетовый и синий) – неудовлетворенность, стимулирующая к активности; стремление к сотрудничеству.

-5 -2 (фиолетовый и зеленый) – стрессовые состояния из-за не осуществившегося самоутверждения.

-5 -3 (фиолетовый и красный) – стрессовое состояние из-за неудач в активных, иногда необдуманных действиях.

-5 -4 (фиолетовый и желтый) – настороженность, подозрительность, разочарование, замкнутость.

-5 -6 (фиолетовый и коричневый) – стресс, вызванный нарушением желательных взаимоотношений, повышенная взыскательность к другим.

-5 -7 (фиолетовый и черный) – напряжение из-за ограничения самостоятельных решениях, стремление к взаимопониманию, откровенному выражению мысли.

-5 -0 (фиолетовый и серый) – проявление нетерпения, но в то же время стремление к самоконтролю, что вызывает некоторое эмоциональное возбуждение.



### Первый цвет коричневый

-6 -1 (коричневый и синий) – негативное состояние, чувство неудовлетворенности из-за недостаточного признания заслуг (реальных и предполагаемых), стремление к самоограничению и самоконтролю.

-6 -2 (коричневый и зеленый) – негативное состояние из-за чрезмерного самоконтроля, упрямое желание выделиться, сомнения в том, что это удастся.

-6 -3 (коричневый и красный) – стрессовое состояние из-за подавленности эротических и других биологических потребностей, стремление к сотрудничеству для выхода из стресса.

-6 -4 (коричневый и желтый) – напряженность из-за стремления скрыть тревогу под маской уверенности и беспечности.

-6 -5 (коричневый и фиолетовый) – негативное состояние из-за неудовлетворенного стремления к чувственной гармонии.

-6 -7 (коричневый и черный) – стремление уйти из подчинения, негативное отношение к различным запретам.

-6 -0 (коричневый и серый) – стрессовое состояние из-за подавления биологических, сексуальных потребностей.

### Первый цвет черный

-7-1 (черный и синий) – состояние беспокойства в связи со скрываемым желанием получить помощь, поддержку.

-7 -2 (черный и зеленый) – состояние, близкое к фрустрации из-за ограничения свободы желаемых действий, стремление избавиться от помех.

-7 -3 (черный и красный) – стрессовое состояние, вызванное разочарованием в ожидаемой ситуации, эмоциональное возбуждение.

-7 -4 (черный и желтый) – стрессовое состояние из-за боязни дальнейших неудач, отказ от разумных компромиссов.

-7 -5 (черный и фиолетовый) – поиски идеализированной ситуации.

-7 -6 (черный и коричневый) – стрессовое состояние из-за неприятных ограничений, запретов, стремление сопротивляться ограничениям, уйти от заурядности

-7 -0 (черный и серый) – стремление выйти из неблагоприятной ситуации.

М. Люшер составил специальную таблицу, в которой отмечены сочетания цветов в разных позициях, предполагающие отражение конфликтов, переживаемых испытуемыми (не касаясь причины, мотивов этих конфликтов).

Две первые и две последние позиции с набором цветов, отражающие серьезные конфликты приведены в таблице.

*Таблица*

Позиции 1,2		7,8		
0 4	XX	0	1	XX
0 6	XX	0	2	XXX
0 7	XXX	0	3	XX
1 7	XX	0	4	XX
2 7	XX	1	2	XXX
3 7	XX	1	3	XXX
4 0	XX	1	4	XXX
4 6	XX	2	0	XX
4 7	XX	2	1	XXX
6 0	XX	2	3	XXX
6 4	XX	2	4	XXX
6 7	XXX	3	0	XX
7 0	XXX	3	1	XXX
7 1	XX	3	2	XXX
7 2	XX	3	4	XXX
7 0	XXX	3	1	XXX
7 1	XX	3	2	XXX
7 2	XX	3	4	XXX
7 3	XX	3	5	XX
7 4	XX	4	1	XXX
7 5	XX	4	2	XXX
7 6	XX	4	3	XXX
		5	3	XX
		6	3	XX
		7	3	XX

### Методика «Выбери нужное лицо»

Данная методика представляет собой детский тест тревожности разработанный американскими психологами Р. Тэммл, М. Дорки и В Амен.

Задача состоит в том, чтобы исследовать и оценить тревожность ребенка в типичных для него жизненных ситуациях, где соответствующее качество личности проявляется в наибольшей степени. При этом сама тревожность рассматривается как черта личности, функция которой состоит в обеспечении безопасности человека на психологическом уровне и которая вместе с тем имеет отрицательные следствия. Они заключаются, в частности, в торможении активности ребенка, направленной на достижение успехов. Высокая тревожность сопровождается обычно высоко-развитой потребностью избегания неудач, что существенно препятствует стремлению к достижению успехов.

Тревожность, испытываемая человеком по отношению к определенной ситуации, не обязательно будет точно так же проявляться в другой социальной ситуации, и это зависит от отрицательного эмоционального опыта, приобретенного ребенком в данной и иных жизненных ситуациях. Именно отрицательный эмоциональный опыт повышает и порождает тревожность как черту личности и тревожное, беспокойное поведение ребенка.

Повышенный уровень личностной тревожности свидетельствует о недостаточно хорошей эмоциональной приспособленности, адаптированности ребенка к жизненным ситуациям, вызывающим беспокойство. Психодиагностика тревожности оценивает внутреннее отношение данного ребенка к определенным социальным ситуациям, дает полезную информацию о характере взаимоотношений, сложившихся у данного ребенка с окружающими людьми, в частности в семье, в детском саду.

Психодиагностический изобразительный материал в этой методике представлен серией рисунков. Каждый рисунок сюжетно представляет собой некоторую типичную для жизни ребенка ситуацию.

Каждый из описанных рисунков выполнен в двух вариантах: для мальчиков (на рисунке изображен мальчик) и для девочек (на рисунке представлена девочка) В процессе тестирования испытуемый идентифицирует себя с ребенком того же пола, что и он сам. Лицо данного ребенка не прорисовано полностью, дан лишь общий контур его головы.

Каждый рисунок снабжен двумя дополнительными изображениями детской головы, по размерам точно соответствующим контуру лица ребенка на рисунке. На одном из дополнительных изображений представлено улыбающееся лицо ребенка, а на другом – печальное.

Предлагаемые рисунки изображают типичные жизненные ситуации, с которыми сталкиваются дети и которые могут вызывать у них повышенную тревожность. Так, например, «игра с младшими детьми», «игра со старшими детьми» и «ребенок с родителями» имеют положительную эмоциональную окраску. «Объект агрессии», «выговор», «агрессивное нападение» и «изоляция» имеют отрицательную эмоциональную окраску. «Укладывание в постель в одиночестве», «умывание», «игнорирование», «уборка игрушек» и «еда в одиночестве» имеет двойной эмоциональный смысл, который может быть как положительным, так и отрицательным. Предполагается, что выбор ребенком того или иного лица будет зависеть от его собственного психологического состояния проведения тестирования.

Двусмысленные рисунки в методике имеют основную «проективную» нагрузку. То, какой смысл придает ребенок именно этим рисункам, указывает на типичное для него эмоциональное состояние в подобных жизненных ситуациях.

В процессе психодиагностики рисунки предъявляются ребенку в той последовательности, в которой они представлены, один за другим. Показав ребенку рисунок, экспериментатор к каждому из них дает инструкцию – разъяснение следующего содержания:

- Игра с младшими детьми: «Как ты думаешь, какое у ребенка будет лицо, веселое или печальное? Он (она) гуляет со своей мамой и малышом».

- Ребенок и мать с младенцем: «Как ты думаешь, какое лицо будет у этого ребенка: печальное или веселое? Он (она) гуляет со своей мамой и малышом».
- Объект агрессии: «Как ты думаешь, какое лицо будет у этого ребенка: веселое или печальное?»
- Одевание: «Как ты думаешь, какое лицо будет у этого ребенка: веселое или печальное? Он (она) одевается».
- Игра со старшими детьми: «Как ты думаешь, какое лицо будет у этого ребенка: веселое или печальное? Он (она) играет со старшими детьми».
- Укладывание спать в одиночестве: «Как ты думаешь, какое лицо будет у этого ребенка: веселое или печальное? Он (она) идет спать».
- Умывание: «Как ты думаешь, какое лицо будет у этого ребенка: веселое или печальное? Он (она) в ванной».
- Выговор: «Как ты думаешь, какое лицо будет у этого ребенка: веселое или печальное?»
- Игнорирование: «Как ты думаешь, какое лицо будет у этого ребенка: веселое или печальное?»
- Агрессивное нападение: «Как ты думаешь, какое лицо будет у этого ребенка: веселое или печальное?»
- Собираение игрушек: «Как ты думаешь, какое лицо будет у этого ребенка: веселое или печальное? Он (она) убирает игрушки».
- Изоляция: «Как ты думаешь, какое лицо будет у этого ребенка: веселое или печальное?»
- Ребенок с родителями: «Как ты думаешь, какое лицо будет у этого ребенка: веселое или печальное? Он (она) со своими мамой и папой».
- Еда в одиночестве: «Как ты думаешь, какое лицо будет у этого ребенка: веселое или печальное? Он (она) ест».

Выбор ребенком соответствующего лица и его словесное высказывание фиксируются в специальном протоколе.

### Образец протокола к методике «Выбери нужное лицо»

Имя ребенка:                      Возраст ребенка:			
Дата проведения обследования:			
Данные обследования			
Номер и содержание рисунка	Высказывание ребенка (примеры)	Выбор лица	
		Веселое	Печальное
Игра с младшими детьми			
Ребенок играет с младенцем			
Объект агрессии			
Одевание			
Игра со старшими детьми			
Укладывание спать в одиночестве			
Умывание			
Выговор			
Игнорирование			
Собирание игрушек			
Изоляция			
Ребенок с родителями			
Еда в одиночестве			

Протоколы, полученные от каждого ребенка, подвергаются далее анализу, который имеет две формы: количественную и качественную.

*Количественный* анализ состоит в следующем. На основании данных протокола вычисляется индекс тревожности ребенка (ИТ), который равен выраженному в процентах отношению

числа эмоционально-негативных выборов к общему числу рисунков.

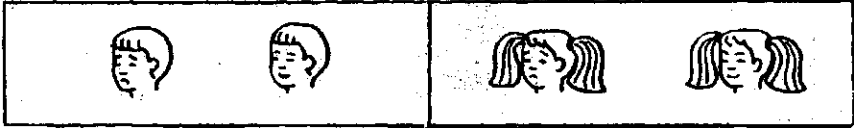
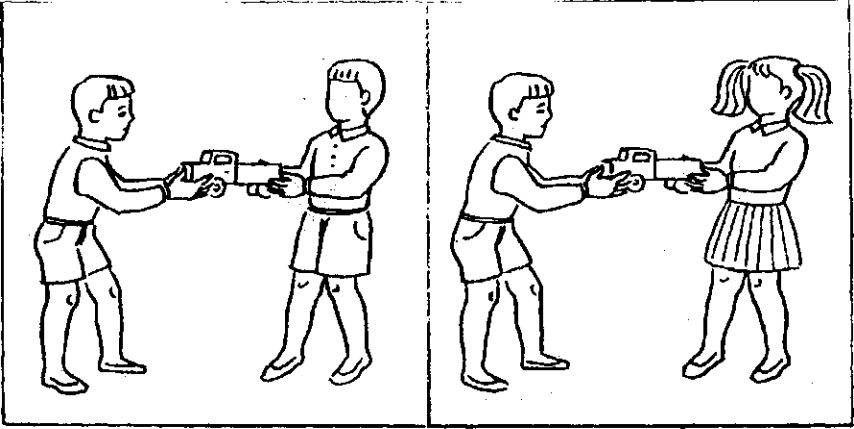
Количество эмоционально-негативных выборов

$$ИТ = \frac{\text{число негативных выборов}}{14} * 100\%$$

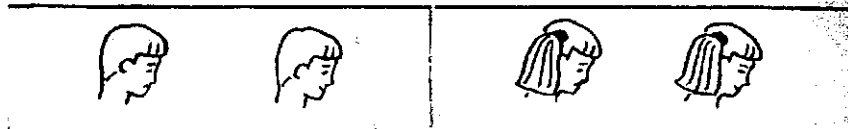
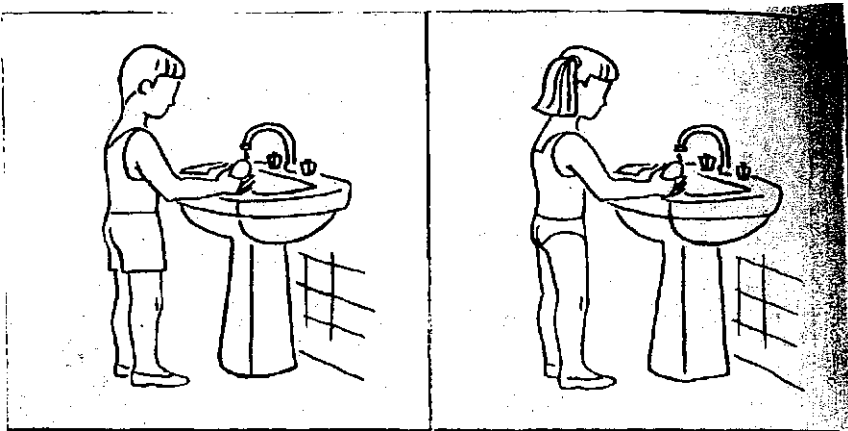
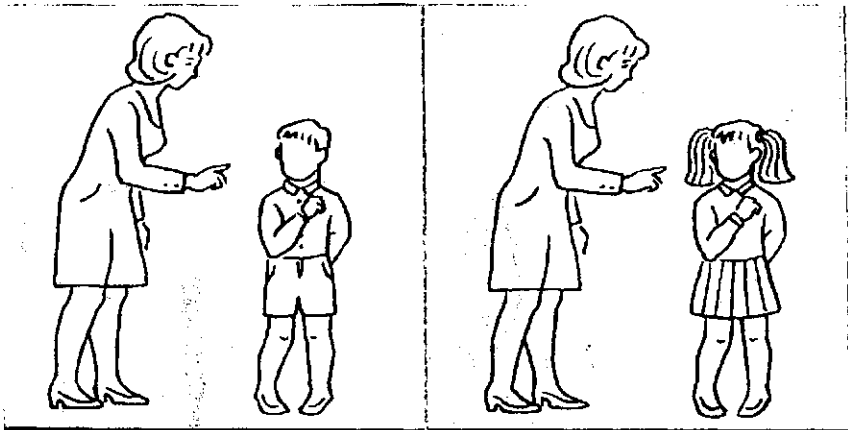
По индексу тревожности (ИТ) дети *в возрасте от 3,5 лет до 7 лет* условно могут быть разделены на три группы:

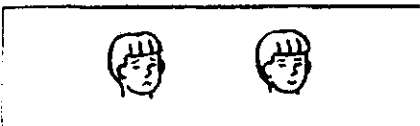
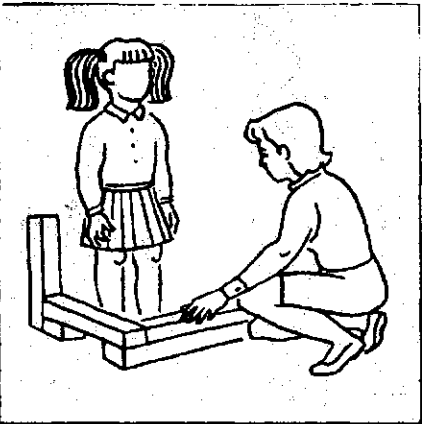
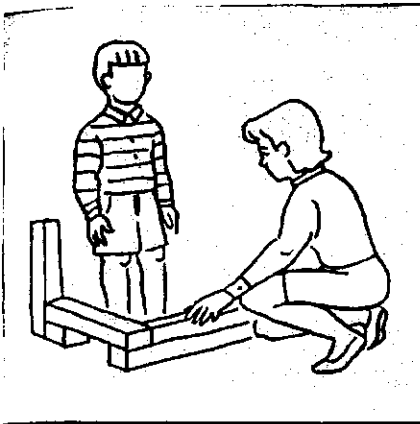
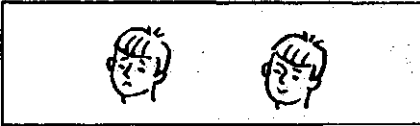
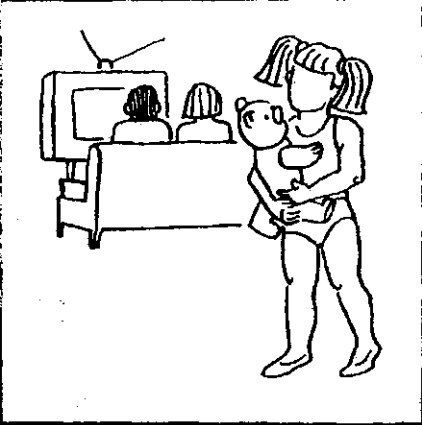
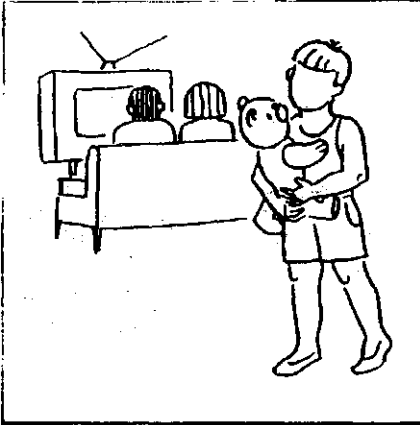
1. Высокий уровень тревожности. ИТ по величине больше 50%.
2. Средний уровень тревожности. ИТ находится в пределах от 20% до 50%.
3. Низкий уровень тревожности. ИТ располагается в интервале от 0% до 20%.

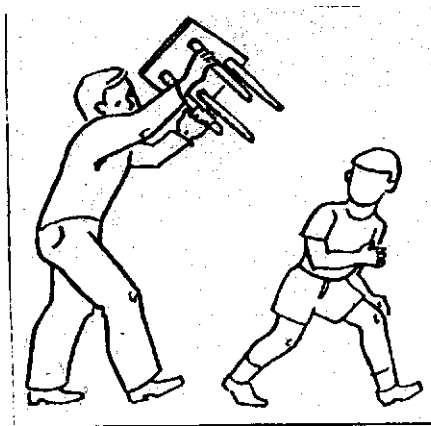
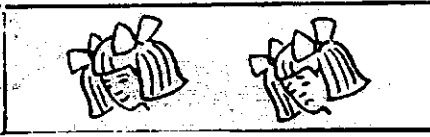
В ходе качественного анализа каждый ответ ребенка (второй столбец протокола) анализируется отдельно. На основе такого анализа делаются выводы относительно эмоционального опыта общения ребенка с окружающими людьми и того следа, который опыт оставил в душе ребенка. Особенно высоким проективным значением в этой связи обладает рисунок «одевание», «укладывание в постель в одиночестве» «еда в одиночестве». Дети, в этих ситуациях делающие отрицательные эмоциональные выборы, с высокой степенью вероятности будут обладать высоким ИТ. Дети делающие отрицательные эмоциональные выборы в ситуациях, изображенных на рисунке «ребенок и мать с младенцем», «умывание», «игнорирование» и «уборка игрушек», с большой вероятностью получают высокий и средний индекс ИТ.

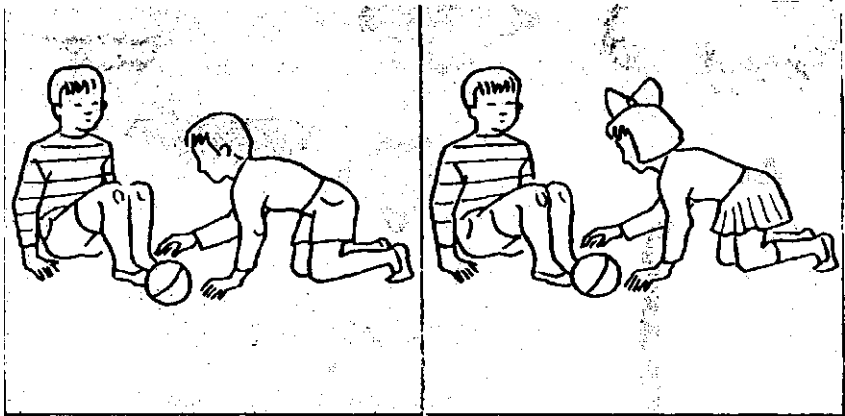
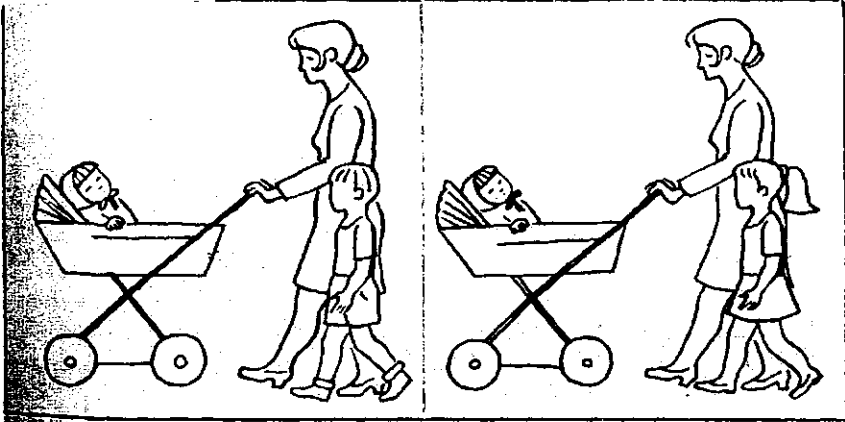


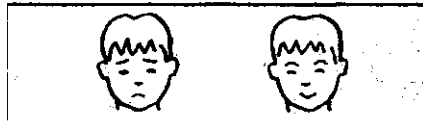
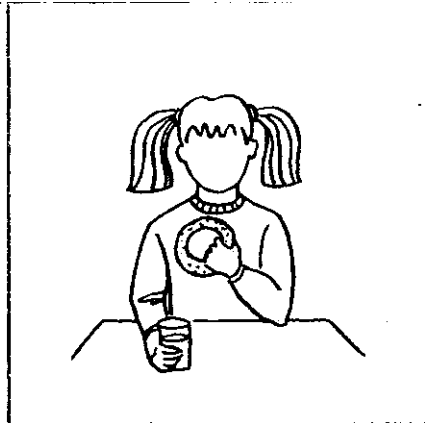
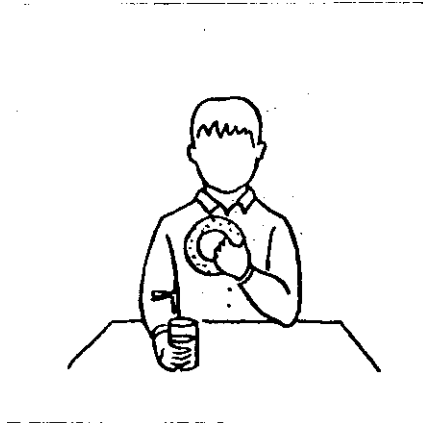
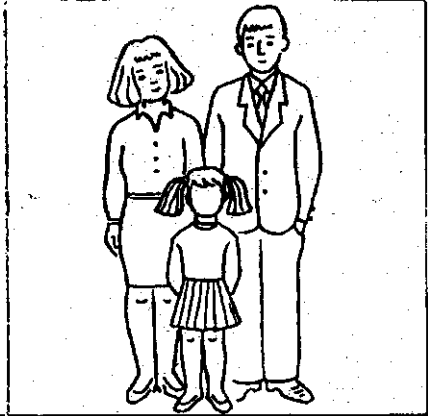
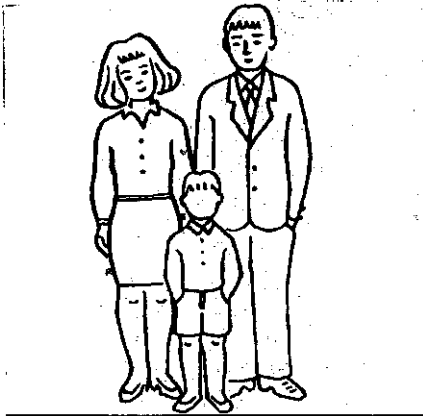


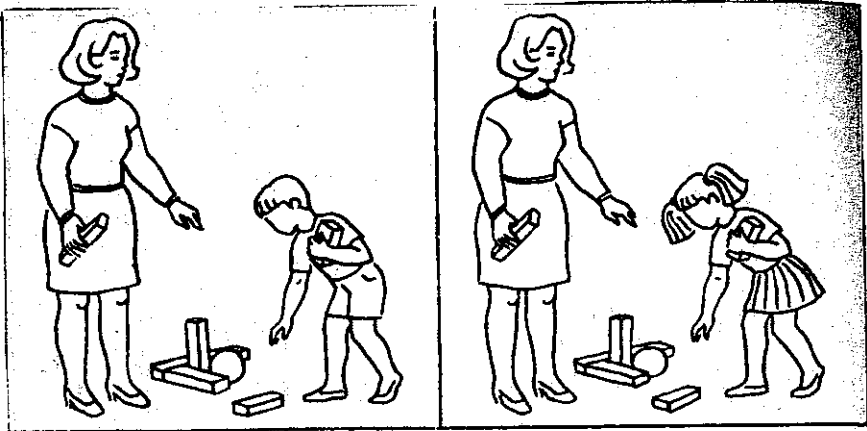
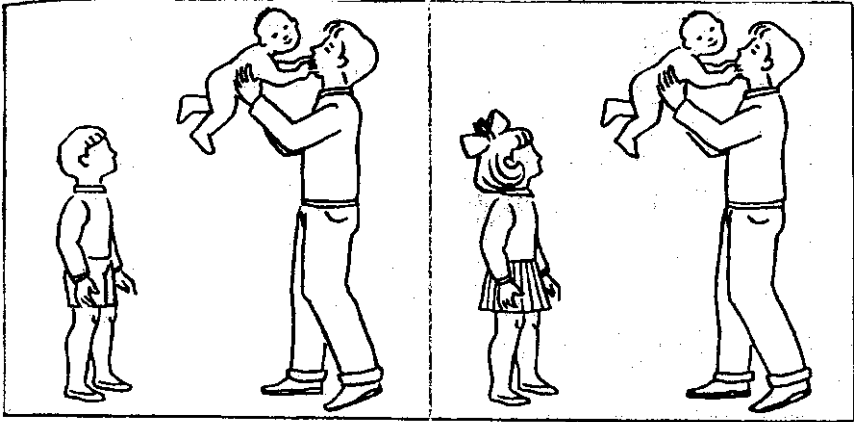












**Программа психологической реабилитации  
детей дошкольного возраста,  
подвергшихся жестокому обращению**

Автор-составитель Добрынина И.Ю.

**Тема «Формирование навыков конструктивного взаимодействия у детей дошкольного возраста, подвергшихся жестокому обращению»**

Целью программы является создание условий формирования конструктивных способов взаимодействия у детей дошкольного возраста, подвергшихся жестокому обращению.

Задачи программы:

- снизить уровень психоэмоционального напряжения (в том числе посредством релаксационных игр и упражнений);
- сформировать конструктивные навыки взаимодействия (навыки сотрудничества и взаимопомощи, навыки совместного принятия решения);
- создать условия для переработки травматического опыта и отреагирования негативных эмоциональных переживаний;
- развивать эмоциональную сферу и нравственное самосознание детей;
- поддерживать опыт доверительного и доброжелательного общения как основу развития коммуникативных способностей и культуры отношений;

Сплочению детской группы (достижению приоритетной цели реализации первого и третьего блоков программы) способствуют задания, включающие в себя взаимодействие между детьми: совместная продуктивная деятельность, принятие общего решения, упражнения на невербальный контакт и др. Отработке травматического опыта (цель реализации второго блока программы) детей дошкольного возраста помогают такие виды деятельности, как ролевые игры, игры с куклами, в которых в сказочном, в проективном варианте воссоздаются и «отыгрываются» ситуации из прошлого опыта ребенка. Особое внимание на занятиях уделяется моральным аспектам человеческих поступков и культуре человеческих отношений. Важно доступными

способами познакомить детей с такими понятиями как доброта, сочувствие, доброжелательность, дружба; помочь ребенку в различении хорошего и плохого.

Усвоение и закрепление материала осуществляется посредством игр-драматизаций, коллективных обсуждений.

Структура занятий включает подготовительную (введение в тему, разминка), содержательную (основные игры и упражнения) и заключительную (обсуждение и «обратная связь») части.

Целевая группа – дети дошкольного возраста, подвергшиеся жестокому обращению в какой-либо из его форм. Однако, в работу группы не включаются дети с признаками ПТСР. Периодичность занятий – 2 раза в неделю, продолжительность занятий – 35-40 минут.



## Тематическое планирование занятий по программе

Цель занятия	Содержание занятия	Задачи	Материалы и оборудование
<b>Блок 1. Формирование у детей положительного эмоционального настроя, снижение уровня НПН, сплочение группы</b>			
Занятие 1	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Ритуал приветствия</li> <li>▪ Упражнение «Новый друг»</li> <li>▪ Игра «Веселые прятки»</li> <li>▪ Игра «Сборщики»</li> <li>▪ Игра «Поймай-ка»</li> <li>▪ Совместное рисование «Наши домики»</li> <li>▪ Рефлексия, ритуал прощания</li> </ul>	Знакомство детей, создание положительного эмоционального настроя на работу, преодоление напряжения и неуверенности, уменьшение пространственной дистанции	Круглые коврики по числу детей, игрушка собачка, набор мелких игрушек (животные), пластиковые корзинки, звенящий браслет, лист ватмана, маркеры различных цветов (по числу участников), музыкальное сопровождение
Занятие 2	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Ритуал приветствия</li> <li>▪ Игра «Паровозики»</li> <li>▪ Игра «Рыбалка»</li> <li>▪ Упражнение «Спаси птенца»</li> <li>▪ Совместная аппликация</li> <li>▪ «Мы едем-едем-едем»</li> <li>▪ Рефлексия, ритуал прощания</li> </ul>	Установление контакта между детьми, запоминание ими имен друг друга, вовлечение в совместную деятельность для достижения общего результата, снижение эмоционального напряжения, отслеживание эмоционального состояния детей в группе	Игрушка паровозик, игра «Рыбалка», игрушка-птичка, шаблоны человечков из цветной бумаги, фломастеры, клей

Занятие 3	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Ритуал приветствия</li> <li>▪ Необычная загадка</li> <li>▪ Подвижная игра</li> <li>▪ «Едем в гости к бабушке»</li> <li>▪ Игра «Соберем урожай»</li> <li>▪ Игра «Бусы для бабушки»</li> <li>▪ Рефлексия, ритуал прощания</li> </ul>	Создание положительного эмоционального фона, снижение напряжения, развитие наблюдательности, способности к подражанию, умения работать в команде; способности к вербализации чувств и эмоций, чувства эмпатии	Мешочек из ткани, вязальные спицы, клубок ниток, вязанный носок, игрушечные очки; игрушки кукольного театра «Дедушка» и «Бабушка», муляжи овощей и фруктов, пластиковые корзинки, деревянные бусины, веревка
Занятие 4	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Приветствие</li> <li>▪ Игра «Отгадайка»</li> <li>▪ Театрализация по сказке «Три поросенка»</li> <li>▪ Обсуждение сказки</li> <li>▪ Ритуал прощания</li> </ul>	Диагностика и развитие способности к организации взаимодействия детей в рамках игрового сюжета, развитие способности к моральной оценке поведения героев, поддержание непринужденной атмосферы, способствующей проявлению эмоций и передаче их с помощью мимики и пантомимики	Сундучок, деревянные фигурки волка и трех поросят, маски шапочки волка и трех поросят, кариматы, коврики
Занятие 5	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Приветствие</li> <li>▪ Обсуждение стихотворения о бездомном щенке</li> </ul>	Развитие эмпатии, навыков сотрудничества и взаимопомо-	Бумага, кисти, краски, конструктор с деталями четырех

	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Рисование «Дом для Дружка»</li> <li>▪ Игра «Поменяемся?»</li> <li>▪ Игра «День и ночь»</li> <li>▪ Подведение итогов, ритуал прощания</li> </ul>	<p>щи; развитие социально значимых мотивов; создание условий для уменьшения пространственной дистанции между детьми, сплочения группы</p>	<p>основных цветов, картонные шаблоны на каждого ребенка с изображением последовательности соединения деталей</p>
<p><b>Блок 2. Создание условий для снижения у детей уровня НПН, релаксации</b></p>			
Занятие 6	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Приветствие</li> <li>▪ Упражнение-дискуссия «Почему грустит котенок?»</li> <li>▪ Упражнение «Точим когти»</li> <li>▪ Упражнение «Котенок»</li> <li>▪ Игра-релаксация «Чудесный сон котенка»</li> <li>▪ Рисование «Мое чудо»</li> <li>▪ Подведение итогов, ритуал прощания</li> </ul>	<p>Получение диагностической информации о травматическом опыте детей, их актуальных переживаниях, развитие эмпатии, способствование выражению эмоций, развитию образного мышления; релаксация</p>	<p>Игрушка-котенок, кариматы, бумага, краски (акварель и гуашь), восковые мелки</p>
Занятие 7	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Приветствие</li> <li>▪ Упражнение «Путешествие в цветочную страну»</li> <li>▪ Релаксационное упражнение «Я и ты – чудесные цветы!»</li> <li>▪ Игра «Бабочка-красавица»</li> </ul>	<p>Создание положительного эмоционального фона, освоение выразительных движений, релаксация; развитие образного мышления, воображения; создание воз-</p>	<p>Игрушка-бабочка, цветы из цветного картона, тесьма, заготовки из цветной бумаги и картона для украшения бабочки</p>

	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Подведение итогов, ритуал прощания</li> </ul>	<p>возможности для переживания детьми ситуации успеха в совместной деятельности</p>	
Занятие 8	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Приветствие</li> <li>▪ Игра «Каравай»</li> <li>▪ Упражнение «Торт»</li> <li>▪ Упражнение «Подарки»</li> <li>▪ Игра «Салют»</li> <li>▪ Рисование пальчиковыми красками</li> <li>▪ Рефлексия занятия, ритуал прощания</li> </ul>	<p>Сплочение группы, укрепление чувства доверия друг к другу, навыков невербального общения, эмпатии; создание условий для переживания ребенком своей значимости, снижение уровня психоэмоционального напряжения</p>	<p>Праздничный колпачок, кариматы, листы цветной бумаги, салфетки, ножницы, бумага для рисования, пальчиковые краски</p>
Занятие 9	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Приветствие</li> <li>▪ Игра «Волны»</li> <li>▪ Упражнение «Кораблик»</li> <li>▪ Оригами «Корабль для капитана»</li> <li>▪ Рефлексия занятия, ритуал прощания</li> </ul>	<p>Снижение напряжения через отреагирование эмоциональных состояний, укрепление доверия к взрослому и сверстникам, создание условий для преодоления психологических барьеров, страха</p>	<p>Морская раковина, одеяло, бумага для оригами, схема изготовления оригами «Кораблик», фломастеры</p>
Занятие 10	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Приветствие</li> <li>▪ Игра «Потерялся ребенок»</li> <li>▪ Игра «Медвежата в чаше были»</li> <li>▪ Игра «Строим</li> </ul>	<p>Создание условий для переживания детьми чувства принадлежности к группе, своей значимости; развитие</p>	<p>Аудиозаписи звуков природы (лес, ручей), игрушка-медвежонок, коврики по числу детей,</p>

	<p>мост»</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Игра «Рыбалка»</li> <li>▪ Релаксационное упражнение «Волшебный сон»</li> </ul>	<p>навыков сотрудничества и взаимопомощи, эмпатии; развитие социально значимых мотивов; снижение мышечного напряжения, релаксация</p>	<p>игрушки-«стучалки» по числу детей, игра «Рыбалка», кариматы</p>
<p><b>Блок 3. Формирование у детей навыков конструктивного взаимодействия</b></p>			
Занятие 11	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Приветствие</li> <li>▪ Упражнение «Радостная песенка»</li> <li>▪ «Рисование» с помощью клубка</li> <li>▪ Игра «Путаница»</li> <li>▪ Совместное рисование «Веселые клубочки»</li> </ul> <p>Рефлексия занятия, ритуал прощания</p>	<p>Создание у детей положительного эмоционального настроения, условий для переживания ситуации успеха в группе, чувства единства; актуализация творческого потенциала</p>	<p>Клубок толстых ниток (веревки), лист ватмана с нарисованными окружностями, карандаши, краски, мелки, фломастеры</p>
Занятие 12	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Приветствие</li> <li>▪ Упражнение «Незаконченные предложения»</li> <li>▪ Игра «Рукавички»</li> <li>▪ Прослушивание и обсуждение сказки «Друзья»</li> <li>▪ Рисунок «Портрет Друга»</li> </ul> <p>Подведение итогов, ритуал прощания</p>	<p>Развитие способности к выражению чувств и мыслей, развитие навыков сотрудничества и взаимопомощи (принятие совместного решения), актуализация и уточнение представлений о дружбе и доброте</p>	<p>Мяч, рукавичка, рукавички из картона с различным орнаментом, мелки, карандаши, фломастеры, бумага для рисования</p>

Занятие 13	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Приветствие</li> <li>▪ Игра «Дотронься до...»</li> <li>▪ Обсуждение проблемной ситуации</li> <li>▪ Игра «Волшебные заросли»</li> <li>▪ Прослушивание и анализ стихотворения «Дом с колокольчиком»</li> <li>▪ Продуктивная деятельность «Добрый – злой»</li> <li>▪ Ритуал прощания</li> </ul>	Укрепление чувства доверия друг к другу, преодоление телесных барьеров, развитие умения добиваться своей цели приемлемыми способами общения; развитие способности к анализу поведения, моральной оценке поступков, а также развитие социально значимых мотивов деятельности	Листы бумаги по числу детей с изображением ребенка, разделенные вертикальной чертой пополам, краски, фломастеры, восковые мелки
Занятие 14	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Приветствие</li> <li>▪ Игра «Ежик»</li> <li>▪ Прослушивание сказки «Доброе дело»</li> <li>▪ Беседа с детьми</li> <li>▪ Театрализация по сказке «Доброе дело»</li> <li>▪ Продуктивная деятельность «Добрые ладошки»</li> </ul>	Развитие способности к моральной оценке поступков и поведения героев, а также собственного поведения; развитие способности к выражению эмоций и чувств, распознаванию их у партнера по общению; формирование социально значимых мотивов деятельности	Бумага для рисования, цветные карандаши, фломастеры, восковые мелки
Занятие 15	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Приветствие</li> <li>▪ «Узел дружбы» (эмоциональный)</li> </ul>	Актуализация и закрепление у детей навыков	Карта для поиска клада, игрушка-сова,

	и мотивационный настрой на занятие) <ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Игра «Хорошо – плохо»</li> <li>▪ Игра «Болото» или «Прогулка с завязанными глазами»</li> <li>▪ Игра «Вежливые загадки»</li> </ul> Подведение итогов, вручение сладких призов и медалей	употребления вежливых слов; развитие способности давать нравственную оценку своим поступкам и поступкам окружающих, развитие мотивации к социально одобряемому поведению; укрепление доверия в группе, подведение итогов проведенных занятий	игрушка-весы, светлые и темные декоративные камешки, игрушка-лягушка или перчаточная кукла, повязки на глаза, игрушка-лиса или перчаточная кукла, сундучок со сладкими призами и медалями «Настоящий друг» по числу детей
--	--	--	---

## БЛОК № 1

**Цель: Формирование у детей положительного эмоционального настроения, снижение уровня НПН, сплочение группы**

### Занятие №1

Психолог предлагает детям сесть на небольшие коврики, которые лежат на полу, образуя круг.

#### **1. Приветствие.**

Психолог:

«Здравствуйте, ребята! Сегодня мы начинаем наши занятия, на которых будем много играть, рисовать, фантазировать, узнаем много нового, а главное – станем друг для друга настоящими друзьями!

А поможет нам в этом... Кто же это сделает, мы с вами узнаем, отгадав загадку:

У человека среди зверей  
 Немало преданных друзей  
 Но среди них, однако,  
 Надежней всех – .... *(собака)*».

Психолог представляет детям Дружка (игрушка собачка), говорит, что он очень хочет играть с ними и подружиться.

## **2. Упражнение «Новый друг»**

Упражнение позволяет облегчить процесс знакомства, так как он происходит опосредованно, через игрушку; способствует созданию доверительной атмосферы в группе, преодолению напряжения и неуверенности.

Психолог передает собачку по кругу. Каждый из детей, кто держит игрушку в руках, должен поздороваться с ней, назвать свое имя и кратко рассказать о себе – например: «Здравствуй, Дружок! Меня зовут Арина, мне 5 лет. У меня есть сестренка. Я очень люблю играть с ней в куклы».

Дружок «знакомится» со всеми детьми (дети обнимают его, здороваются «за лапку»). Педагог-психолог поощряет детей к высказываниям, при необходимости задает наводящие вопросы об их возрасте, чертах характера, увлечениях и т.п.

Можно подводя итоги, спросить у детей, у кого из группы такие же интересы, любимые игрушки и т.д.

## **3. Игра «Веселые прятки»**

Психолог: «Отлично! Вот мы и познакомились! А теперь давайте все вместе поиграем. Сейчас один из вас поможет Дружку спрятаться в этой комнате (остальные ребята в это время пока закроют глазки), а когда он скажет: «Всё!», вы откроете глаза и начнете искать собачку». Необходимо предоставить каждому ребенку возможность спрятать собачку.

Игра реализует потребность в движении, создает положительный настрой, способствует свободному проявлению эмоций.

## **4. Игра «Сборщики»**

Психолог кладет каждому ребенку в кулачок мелкую игрушку (игрушки должны быть парными), затем предлагает тем ребятам, у кого игрушки одинаковые, объединиться. Участники игры берутся за руки. По сигналу ведущего двумя свободными руками каждая пара должна собрать как можно больше предметов (мелких игрушек), рассыпанных на ковре, в свою корзинку.



Предметы, собранные каждой парой, подсчитывают. Игра проводится под веселую, энергичную музыку.

Игра помогает преодолению барьеров в общении, уменьшению пространственной дистанции; учит действовать в паре, поднимает настроение детей. В ходе игры можно наблюдать, на что преимущественно ориентируется каждый из детей – старается в первую очередь собрать игрушки или соотносит свои действия с действиями своего партнера, пытаясь не расцепить рук. По итогам игры психолог словесно поощряет всех участвующих детей – как за количество собранных игрушек, так и за следование инструкции, внимание к партнеру.

### **5. «Поймай-ка»**

Игра способствует раскрепощению детей, развивает быстроту реакции и координацию, побуждает детей к тактильному контакту.

На руку одного из детей педагог надевает звенящий браслет. Остальные дети с закрытыми глазами пытаются поймать ребенка с браслетом, определяя его местонахождение в комнате по звуку.

### **6. Совместное рисование «Наши домики»**

Лист ватмана делится пополам. Детям предлагается «поселиться» на одной или другой половине листа: в «деревне, среди других домов» либо в «глухом лесу». Все дети получают маркеры различных (не повторяющихся) цветов и каждый ребенок рисует собственный домик, подписывает имя. После того, как все домики «построены», каждый участник проводит от своего домика две тропинки к домикам тех детей, к кому он хотел бы ходить в гости. Этот процесс может сопровождаться бурными эмоциональными реакциями, выяснением отношений. Психолог помогает детям находить продуктивные способы взаимодействия.

В качестве диагностической информации рассматриваются следующие характеристики рисунка: расположение домика ребенка на листе (в «лесу» или в «деревне»); к кому из детей проведены «тропинки» и от кого (являются ли выборы взаимными); особенности собственного домика ребенка (как проективного рисунка) и др. Взаимодействие между детьми в процессе рисования также является диагностически значимым. Для коррекции

негативных отношений и разрешения актуализирующихся в группе конфликтов детям можно предложить различные индивидуальные варианты продолжения рисунка: построить или разобрать вокруг своего дома, с согласия «хозяина» украсить его двор клумбой с цветами и др. Педагог побуждает детей к рассматриванию получившегося общего рисунка, обращая их внимание на каждый нарисованный домик; положительно оценивает результаты работы всех детей.

### **7. Подведение итогов занятия, рефлексия**

Каждый из детей говорит том, что ему больше всего запомнилось и понравилось на занятии, благодарит своих друзей и Дружка за приятно проведенное время. Педагог акцентирует внимание на том, что участники группы познакомились, узнали друг о друге что-то новое, вместе участвовали в играх.

### **8. Ритуал прощания.**

#### **Занятие № 2**

##### **1. Ритуал приветствия**

Психолог: «Ребята, вы любите путешествовать? А на чем можно отправиться в путь? (Ответы детей). Сегодня Дружок приехал к нам на паровозике и предлагает нам тоже совершить увлекательное путешествие. Давайте посмотрим, на каком паровозике он приехал? (Педагог показывает детям игрушку-паровоз).

А где сидят пассажиры? Правильно, в вагонах, которые везет наш паровозик».

##### **2. «Паровозик»**

Упражнение позволяет детям запомнить имена друг друга и установить контакт, проявить активность.

Инструкция: «Сегодня мы будем играть в паровозик. Сначала у паровозиков не будет вагонов, и тот, кого мы выберем паровозиком, будет в одиночку «ездить» по кругу, громко приговаривая «чух-чух-чух». Потом паровозик подъедет к любому мальчику или девочке со словами: «Паровозик чух-чух-чух» – и назовет свое имя. Тот ребенок, к которому подъехал паровозик в ответ называет свое имя и становится новым паровозиком, а

первый – его «вагоном». Новый паровозик продолжит движение по кругу, затем подъедет к любому ребенку со словами: «Паровозик чух-чух-чух» – и назовет свое имя и имя своего «вагона». Игра продолжается до тех пор, пока в паровозик не будут включены все дети.

### **3. Игра «Рыбалка»**

Психолог: «Ребята, наш паровозик остановился на берегу реки. Давайте выйдем из вагонов, погуляем на свежем воздухе! Как настоящие путешественники мы взяли с собой удочки – давайте порыбачим! Но вот только удочек у нас только три, а ребят шесть. Как же нам поступить?» (Ответы детей). Педагог подводит детей к мысли, что наилучшим вариантом будет рыбалка в парах по очереди (один ребенок ловит рыбу, другой снимает ее и кладет в ведерко).

Игра побуждает детей к сотрудничеству, принятию совместного решения.

Психолог: «Вот видите, ребята, какой у нас улов! А все потому, что мы не жадничали, уступали друг другу и все делали вместе. Молодцы!»

### **4. «Спаси птенца»**

Психолог: «Ой, ребята! Дружок что-то хочет сказать нам (наклоняется к собачке ухом): неподалеку из гнезда выпал маленький птенчик! Он хотел полетать, но его крылышки еще недостаточно окрепли».

Педагог показывает детям небольшую игрушку-птичку и предлагает всем расположиться в кругу на ковре. Он акцентирует внимание на том, что птенец пока слаб и незащищен.

Психолог: «Представьте, что у вас в руках маленьких беспомощный птенец. Вытяните руки ладонями вверх. А теперь согрейте его, медленно, по одному пальчику сложите ладони, спрячьте в них птенца, подышите на него, согревая своим ровным, спокойным дыханием, приложите ладони к своей груди, отдайте птенцу доброту своего сердца и дыхания. А теперь раскройте ладони и ты увидите, что птенец радостно взлетел; улыбнитесь ему и не грустите – он еще прилетит к вам!».

Упражнение успокаивает детей, развивает образное мышление, воображение, способность к сопереживанию.

Психолог: «Молодцы, ребята – спасли птенца. Только солнце уже начинает садиться, нам пора возвращаться домой. Занимаем свои места в вагонах!» (Дети «едут домой» на паровозике).

### **5. Совместная аппликация «Мы едем-едем-едем»**

Психолог: «Вам понравилась поездка? Что запомнилось больше всего?

Сейчас на память о нашем веселом путешествии мы все вместе сделаем картину. Дружок уже нарисовал паровозик с вагонами. Давайте посадим в эти вагоны пассажиров» (педагог раздает детям вырезанных из цветной бумаги человечков и фломастеры). Дети приклеивают своих человечков и рисуют им лица.

Совместная деятельность объединяет детей, позволяет психологу отследить их эмоциональное состояние. Диагностически значимым является взаимное расположение человечков в поезде.

## **6. Ритуал прощания.**

### **Занятие № 3**

#### **1. Приветствие**

Психолог: «Ребята, сегодня Дружок приготовил для всех нас загадку. Попробуем ее разгадать? Только вот загадка эта непростая: Дружок будет загадывать ее, не используя слов. В его мешочке лежат предметы, рассмотрев которые мы поймем, к кому отправимся в гости на этом занятии».

Психолог предоставляет детям возможность по очереди доставать из мешочка предметы (платок с кистями, спицы, вязаный носок, клубок, очки), и высказывать свои предположения.

«Правильно, ребята! Сегодня мы отправимся в гости к бабушке и дедушке в деревню. Вставайте все в круг!»

Дети встают в круг и выполняют движения по речевой инструкции и показу педагога, повторяют слова:

Лады, лады, ладошки.  
Едем в гости к бабушке.  
К нашей милой бабушке,  
Бабушке Забавушке.  
Едут к ней ребяташки  
Милые внучатушки.

*Дети двигаются друг за другом дробным топающим шагом.*

Вот идет петушок.  
Гордо поднял гребешок.  
Красная борода,  
Важная походка.

Вышла курочка гулять,  
Свежей травки пощипать,  
А за ней ребятки –  
Желтые цыплятки.  
Вот козленок озорной  
Вдруг затряс бородой,  
Головой качает,  
Рожками пугает.

Кошка очень хороша,  
Ходит мягко, не спеша,  
Сядет, умывается.  
Лапкой вытирается.  
Вот щенок озорной.  
Он с лохматой головой,  
Бегаёт и лает,  
Во дворе играет.

Вот веселые ребятки,  
Розовые поросятки.  
У них носик пятачком,  
Хвостики торчат крючком.  
Цок, цок, цок, цок,  
Вот лошадка – серый бок.  
Начала она скакать,  
Приглашает поиграть.

Лады, лады, ладушки,  
Где были?  
– У бабушки!  
Нас бабуся привечала,  
Всех ребяток угощала.

*Дети идут, высоко поднимая ноги, с оттянутым вниз носком. Корпус следует держать прямо, голову слегка поднимать. Руки расправлены и несколько отведены назад. Дети активно «машут крыльями» – поднимают и опускают руки.*

*Дети идут на носках, сложив руки за спиной. Легкий бег, руки отведены назад. Помахивать, как крыльями, кистями рук.*

*Дети подпрыгивают, отталкиваясь одной ногой от пола, делают небольшие повороты головой вправо-влево, прижимают к голове указательные пальцы, имитируя рожки козленка.*

*Дети идут мягким пружинистым шагом, имитируют движение кошки.*

*Дети выполняют легкий пружинистый бег (можно с небольшим покачиванием из стороны в сторону); руки согнуты в локтях перед грудью (как лапки у щенка), кисти расслаблены, голова приподнята.*

*Дети стоят на месте, руки у них согнуты в локтях; с легкими полуприседаниями делают быстрые развороты бедрами вправо и влево.*

*Обыкновенный шаг с высоким подниманием ног.*

*Согнув в локтях руки с «уздечкой», дети держат их перед грудью или вытягивают их перед собой. Бег, колени поднимать высоко, носок ноги оттянуть, корпус слегка отклонить назад.*

*Дети помахивают рукой бабушке.*

«Вот мы и приехали!»

Педагог надевает на руки перчаточные куклы дедушки и бабушки, приветствует от их имени детей.

Забавушка: «Ребятки, как хорошо, что вы к нам приехали! Урожай в этом году богатый, а мы с дедом старенькие уже, тяжело нам фрукты и овощи собирать вдвоем. Поможете нам?» (Ответы детей).

## **2. Игра «Собери урожай»**

Психолог: «Ребята, сейчас нам нужно будет не просто собрать урожай, а отдельно сложить в корзину фрукты, которые выросли у бабушки в саду, и отдельно – овощи с грядки. Для этого нам нужно разделиться на две команды».

Дети под веселую музыку собирают урожай, затем команды меняются корзинками и проверяют правильность выполнения задания друг у друга.

Бабушка хвалит детей за старания, угощает их.

Игра поднимает настроение детей, учит сотрудничеству и взаимопомощи.

## **3. Игра «Бусы для бабушки»**

Психолог: «Дети, бабушка с дедушкой так радушно встретили нас, мы весело провели у них время, отведали вкусных фруктов и овощей. Давайте и мы сделаем бабушке подарок – соберем ей бусы. Но бусы эти будут не простые, а волшебные».

Каждый из детей по кругу добавляет на нитку по одной деревянной бусине, сопровождая это добрым пожеланием для бабушки. Начинает педагог, например: «Пожелаем бабушке, чтобы она всегда была здорова!».

Игра успокаивает детей, развивает способность к вербализации чувств и эмоций, эмпатию.

Дети дарят бабушке собранные бусы и возвращаются «домой».

## **4. Рефлексия занятия, ритуал прощания.**

### **Занятие № 4**

#### **1. Приветствие**

#### **Игра «Отгадай-ка»**

Психолог: «Ребята, Дружок хочет сделать нам сюрприз. Он принес с собой чудесный сундучок. Как вы думаете, что там может быть спрятано?» (Ответы детей).

Психолог дает возможность детям, не глядя, ощупать находящиеся в сундучке предметы и догадаться о его содержимом. Когда все дети высказали свои предположения, психолог открывает сундучок и достает оттуда деревянные фигурки волка и трех поросят.

Психолог:

«Носик круглый, пятакком,  
Им в земле удобно рыться,  
Хвостик маленький крючком,  
Вместо туфелек – копытца.  
Трое их – и до чего же  
Братья дружные похожи.  
Отгадайте без подсказки,  
Кто герои этой сказки?»

Правильно, поросята и пришли они из сказки «Три поросенка»!

## **2. Театрализация по сказке «Три поросенка»**

Дети самостоятельно выбирают роли, надевают маски-шапочки.

Психолог предлагает «поросятам» выбрать место в комнате и начать «строительство» домиков. Для этого дети могут использовать все необходимое им оборудование игровой комнаты (карматы, коврики и др.). Психолог не только направляет деятельность детей, но и побуждает их к проговариванию актуальных состояний своих героев, передаче эмоций и чувств с помощью мимики, жестов, интонации. Педагог отслеживает степень проявления агрессии (роль волка), по необходимости корректируя поведение ребенка, поощряет импровизацию.

Финал сказки согласуется с мнениями детей. Для этого психолог задает им следующие вопросы:

Веселее ли будет жить поросятам всем вместе, а не порознь, как раньше?

Может ли волк вернуться? Опасен ли он?

Легко ли живется волку одному в лесной глуши? Дружит ли он с кем-нибудь?

Могут ли поросята подружиться с волком? Как это сделать? (Например, проявить доброту к волку, построить ему дом из соломки и прутьев и т.п.).

Дети выбирают вариант окончания сказки и разыгрывают его.

### **3. Обсуждение сказки.**

Психолог обсуждает с детьми, какие выводы можно сделать из сюжета данной сказки, чему она учит.

### **4. Ритуал прощания.**

## **Занятие № 5**

### **1. Приветствие**

Психолог: «Ребята, сегодня наш Дружок очень грустный. На улице наступила зима, стало холодно, а у него нет своего дома.

Почему дрожит щенок?  
Потому что он промок.  
Потому что у него  
Нету дома своего.  
Почему грустит щенок?  
Потому что одинок».

*(М. Придворов)*

### **2. Обсуждение стихотворения**

Психолог: «Ребята, вам жалко этого щенка? Как вы думаете, чем можно помочь бездомным животным и нашему Дружку? (Ответы детей).

Правильно, можно их накормить, обогреть, взять к себе домой. А как мы поможем Дружку? (Ответы детей). Может, нарисуем дом для него?

Я  
Дом  
Нарисую  
Многоэтажный.  
Конечно, он будет  
Немного бумажный.



Конечно, он будет  
Не очень кирпичный,  
Зато – белостенный,  
Зато – симпатичный.  
Из этого дома, наверняка,  
Никто никогда не прогонит шенка».

*(Б. Серикбаев)*

### **3. Рисование «Дом для Дружка»**

Дети обсуждают, какой дом мог бы понравиться Дружку, сколько в нем должно быть этажей и т.п., затем выполняют рисунки гуашью.

### **4. Игра «Поменяемся?»**

Психолог: «Ребята, вы все постарались и нарисовали красивые дома. Думаю, Дружок будет очень рад – уже скоро мы сможем его порадовать! А пока наши рисунки сохнут, необходимо построить забор, который украсит двор Дружка».

Игра побуждает детей к сотрудничеству.

Материал: детали конструктора 4 основных цветов, шаблоны с изображением порядка чередования цветных деталей.

Психолог перемешивает детали конструктора, затем раздает детям шаблоны и одинаковое количество деталей. Каждый ребенок должен собрать по шаблону свой забор. Для этого ему придется обмениваться деталями с другими детьми.

После выполнения задания и проверки результата психолог задает детям вопросы:

«Как вам удалось правильно построить забор?»

«Что нужно сделать, чтобы забор окружал дом Дружка со всех сторон?» (Ответы детей.)

Психолог побуждает их сделать вывод о необходимости взаимопомощи, совместных усилий для достижения результата. Дети соединяют между собой собранные фрагменты, получая один общий забор.

### **5. Подведение итогов.**

Дружок благодарит детей за «построенные» для него дома, хвалит ребят за совместную работу.

## **6. Игра «День и ночь»**

Психолог: «Ребята, у Дружка сейчас отличное настроение и он хочет поиграть с вами!

Каждый из вас «живет» в своем домике (индивидуальные круглые коврики). Как только я говорю «День! Светит солнышко!», вы выходите на улицу погулять – бегаете, прыгаете, резвитесь. Но как только я скажу «Наступила ночь!», вы скорей должны вернуться в свои дома». Каждый «день» психолог убирает по одному коврику, побуждая детей не только прятаться самим, но и помогать товарищам удерживаться на коврике.

Игра способствует уменьшению пространственной дистанции, сплочению детской группы, дает возможность реализовать двигательную активность.

## **7. Ритуал прощания.**

### **БЛОК № 2**

**Цель:** Создание условий для снижения у детей уровня НПН, релаксации.

#### **Занятие № 6**

##### **1. Приветствие.**

Психолог: «Ребята, как вы думаете, могут ли дружить кошка с собакой? Почему? (Ответы детей). Конечно, ведь для настоящей дружбы не существует преград.

Вот и у нашего Дружка есть друг-котенок, и он сегодня пришел к нам в гости».

##### **2. Упражнение-дискуссия «Почему грустит котенок»**

Ведущий берет в руку игрушку-котенка и читает стихотворение:

Жил-был маленький котенок  
И совсем еще ребенок,  
Ну и этот котя милый  
Постоянно был унылый.  
Почему? Никто не знал.  
Котя это не сказал.

*(А. Блок)*

Передавая игрушку по кругу, ведущий просит каждого сказать, почему котенок грустит, чего он боится, чего ему не хватает, как ему помочь?

Упражнение способствует развитию эмпатии, позволяет получить информацию о травматическом опыте детей, их актуальных переживаниях.

### **3. Упражнение «Точим когти»**

Психолог: «Когда котенок расстроен, испуган или сердит, его когти всегда наготове, а когда ему хорошо, тепло, уютно и спокойно, его лапки становятся мягкими, как бархат».

Психолог предлагает детям представить себя котятами – сесть, вытянуть руки и ноги и по команде «Точим когти!» – на прячь пальцы, кисти рук и пальцы ног. По команде «Мягкие подушечки!» руки и ноги расслабляются. Повторить 3 раза.

Упражнение способствует снятию напряжения в мышцах благодаря их поочередному напряжению и расслаблению, а также развитию образного мышления детей.

### **4. Упражнение «Котенок»**

Дети сидят в кругу. Упражнение помогает детям выразить свои эмоции, снять напряжение, проявить способность к сопереживанию.

Психолог: «Кто хочет, чтобы ему подарили котенка? Представьте, вы принесли домой маленького котенка. Он испуган, он первый раз в новом доме. Кто может показать, как двигается этот котенок?»

Сейчас мы разобьемся на пары, и один из пары будет изображать такого котенка. Выходите, котята, в центр, покажите, как вам страшно в новом доме. Начинаем играть: пусть каждый из детей попробует познакомиться со своим котенком, успокоит его, чтобы он перестал бояться, приласкает его и уговорит уснуть на коврик». Когда «котята» заснут, игра заканчивается.

### **5. Игра-релаксация «Чудесный сон котенка»**

Дети ложатся по кругу на спину, руки и ноги свободно вытянуты, слегка разведены, глаза закрыты. Включается тихая, спокойная музыка, на фоне которой ведущий медленно произносит: «Маленький котенок очень устал, набегался, наигрался и

прилег отдохнуть, свернувшись в клубочек. Ему снится волшебный сон: голубое небо – яркое солнце – прозрачная вода – серебристые рыбки – родные лица – друзья – знакомые животные – мама говорит ласковые слова – совершается чудо... Чудесный сон, но пора просыпаться. Котенок открывает глаза, потягивается, улыбается».

Ведущий расспрашивает детей о снах, что они видели, слышали, чувствовали. Произошло ли чудо?

## **6. Рисование «Мое чудо»**

Психолог предлагает детям нарисовать самый яркий и красивый образ из увиденных ими «в чудесном сне».

## **7. Подведение итогов**

Психолог обсуждает с детьми получившиеся рисунки. Возможно, кто-то захочет подарить их грустному котенку. На прощание дети говорят ему ласковые и добрые слова, гладят по шерстке.

## **8. Ритуал прощания.**

### **Занятие № 7**

#### **1. Приветствие**

Психолог:

«Ребята, вы любите лето? (Ответы детей). Как приятно мечтать о нем, когда за окнами снег и мороз! Что вспоминаете вы, когда думаете о лете? (Ответы детей). Да, лета не бывает без солнца, цветов, бабочек... Ой, Дружок залаял – он хочет нам что-то сказать!»

Дети обращают внимание на Дружка и замечают красивую бабочку, сидящую у него на носу.

Психолог: «Вот это чудо! У нас зима – откуда же эта гостья? (Ответы детей). Послушаем, что она скажет... (подносит бабочку к уху). Ребята, она говорит, что прилетела к нам из чудесной страны цветов. А вы хотите там оказаться? (Ответы детей).

Чтобы попасть туда, мы должны произнести волшебные слова, зажмуриться, покружиться и открыть глаза. Все готовы? Тогда отправляемся!»

Дети говорят хором, повторяя слова за психологом: «Милый мой друг, улыбнись, покружись – в волшебной стране поскорей очутись!»

## **2. Упражнение «Путешествие в цветочную страну»**

Звучит музыка.

Психолог: «И вот мы в стране цветов! Мы теперь не девочки и мальчики, а легкие бабочки и мотыльки – расправьте свои крылышки! Ах, какие мы красивые! Полюбуйтесь собой, полюбуйтесь друг другом. Разгладим лапками свои тонкие крылышки, умоемся утренней росой. Ой, какая холодная! Моем глазки, вытираем усики. Вот и подготовились к полету. Оглянитесь вокруг – сколько цветов (вырезаны из бумаги, лежат на полу). Какой приятный цветочный аромат!

Глубоко вдохните этот аромат, разведите крылышки и легко вспорхните! Крылышки нежно трепещут в полете, легко-легко порхают бабочки. Садимся на цветы, складываем крылья на спинке. Пьем нектар. Ах, какой он сладкий и ароматный. Наелись и напились вдоволь! Как хорошо! Тепло! Как греет солнышко!

А теперь нам пора возвращаться домой. Дружок уже ждет нас. Скажем хором: «Хлопнем в ладоши, топнем ногой и возвратимся все вместе домой!»

## **3. Релаксационное упражнение «Я и ты – чудесные цветы!»**

Психолог: «Замечательная страна, правда, ребята? Вспомните, какие красивые цветы мы там видели – красные, желтые, голубые, фиолетовые! Они такие разные, такие интересные! Вы хотите узнать, как вырастают и живут цветы? (Ответы детей). Вначале они очень-очень малы и называются семенами. Садовник терпеливо и заботливо выращивает их.

Дети стоят в кругу. Психолог стоит в центре и предлагает детям превратиться в маленькое семечко (сжаться в комочек на полу, убрать голову и закрыть ее руками). Взрослый – садовник – очень бережно относится к семенам, поливает их (гладит по голове и телу), ухаживает. С теплым весенним солнышком семечко начинает медленно расти (дети-семечки медленно поднимаются). У него раскрываются листочки (руки поднимаются),

растет стебелек (вытягивается тело), появляются веточки с бутонами (руки в стороны, пальцы сжаты). Наступает радостный момент – бутоны раскрываются (разжимаются кулачки), и росток превращается в прекрасный сильный цветок. Наступает лето, цветок хорошеет, любит себя (осмотреть себя), улыбается цветам-соседям, кланяется им, слегка дотрагивается до них своими лепестками (кончиками пальцев дотянуться до соседей). Но вот подул ветер, пришла осень. Цветок качается в разные стороны, борется с непогодой (раскачивание руками, головой, телом), сгибается, клонится к земле и ложится на нее. Ему грустно. Но вот пошел снежок. Цветок опять превратился в маленькое семечко (свернуться на полу). Снег укутал семечко, ему тепло и спокойно. Скоро опять наступит весна, и оно оживет». Педагог ходит между детьми, показывает им движения. После того, как дети «сворачиваются» на полу, взрослый подходит к каждому ребенку, гладит его.

Упражнение способствует освоению детьми выразительных движений, релаксации.

#### **4. Игра «Бабочка-красавица»**

Психолог: «Лето наступит нескоро, но мы можем создать радостное настроение уже сейчас!»

На полу с помощью тесьмы выложен контур бабочки. Дети из готовых заготовок из цветной бумаги создают коллективный узор, украшая ее.

Игра побуждает детей к сотрудничеству, развивает воображение, вызывает положительные эмоции.

#### **5. Подведение итогов, ритуал прощания.**

### **Занятие № 8**

#### **1. Приветствие**

Психолог:

«Ребята, посмотрите какой красивый сегодня наш Дружок! Он надел праздничный колпачок – как вы думаете, почему? (Ответы детей). Правильно, у него сегодня день рождения! Как поздравляют именинника в этот день? (Ответы детей). А мы для нашего Дружка вместе споем именинную песенку!»

## 2. Игра «Каравай»

Дети становятся в круг. Психолог с Дружком на руках встает в середину. Все начинают водить вокруг него хоровод и петь песенку:

«На Дружочкины именины  
Испекли мы каравай  
Вот такой вышины! (*Поднять руки, подняться на цыпочки, показать*)  
Вы такой нижины! (*Опустить руки, присесть и показать*)  
Вот такой ширины! (*Развести руки, увеличить хоровод, показать*)  
Вот такой ужины! (*Свести руки и хоровод к центру, показать*)  
Каравай-каравай  
Кого любишь – выбирай!»

Психолог:

«Я люблю, конечно, всех,  
Только <имя одного из детей> больше всех!»

Игра повторяется до тех пор, пока водящим не побывает каждый ребенок.

Игра создает в группе положительный эмоциональный настрой, позволяет каждому ребенку почувствовать себя в центре внимания.

## 3. Упражнение «Торт»

Психолог: «Каравай для Дружка мы испекли. А что еще обычно пекут для именинника? (Ответы детей). Ну, конечно же, торт – большой, красивый, вкусный! Только торт у нас будет необычный».

Один ребенок ложится на коврик. Вокруг него располагаются дети. Психолог говорит: «Сейчас мы из тебя будем делать торт!» Один участник – «мука», другой – «сахар», третий – «молоко», четвертый – «масло» и т.д. Взрослый – повар, сейчас он приготовит великолепное блюдо. Сначала надо замесить тесто. Нужна мука: «мука» руками «посыпает» тело лежащего, слегка массируя и пощипывая его. Теперь нужно молоко – «молоко» разливается руками по телу, поглаживая его. Необходим сахар – он «посыпает» тело; и немного соли – она чуть-чуть, нежно прикасается к голове, рукам, ногам. «Повар» замешивает «тесто», хорошенько разминая его. А теперь тесто кладется в печь и там поднимается – ровно и спокойно лежит и дышит. Все со-

ставляющие его: и мука, и соль и др. – тоже дышат, как тесто. Наконец, надо украсить торт кремовыми цветами. Все участники, прикасаясь к «торту», дарят ему свой цветок, описывая его. «Торт» необыкновенно хорош! Сейчас «повар» угостит каждого участника упражнения вкусным кусочком, если самому «торту» не жалко.

Психолог следит за выражением лица «торта», оно должно быть довольным; смех только поможет упражнению.

Упражнение способствует сплочению группы, укреплению чувства доверия друг к другу, выражению теплого отношения через тактильный контакт; позволяет ребенку оказаться в центре внимания, почувствовать свою значимость.

#### **4. Упражнение «Подарки»**

Психолог: «Замечательный у нас получился торт! Но Дружок почему-то грустит... Может, мы о чем-то забыли? (Ответы детей). Конечно, дня рождения не бывает без подарков!

Давайте подумаем о том, что можно подарить Дружку. Каким подаркам он бы обрадовался? А теперь каждый по очереди будет показывать без слов свой подарок, а мы постараемся угадать, что это такое. Дарить можно не только предметы, но и радость, улыбки и другое».

Упражнение способствует раскрепощению детей, развивает навыки невербального общения, воображение, способность к эмпатии.

#### **5. «Салют»**

Психолог: «Молодцы, ребята, замечательные подарки – Дружок очень рад. Но радости никогда не бывает много – давайте устроим для него настоящий салют!»

Цель: снятие напряжения, создание положительных эмоций. В игре все имеют шанс выразить себя и привлечь к себе внимание.

Материал: листы цветной бумаги, салфетки, ножницы.

Ход игры: Дети выбирают для себя материал, затем в течение нескольких минут рвут его на мелкие кусочки (либо нарезают ножницами), подготовив таким образом материал для салюта. После этого каждый ребенок подбрасывает вверх свои кусочки – изображает свой салют, а остальные ему аплодируют.



## **6. Рисование пальчиковыми красками**

Психолог: «Молодцы, ребята! Наш праздник был веселым и ярким, как салют. Давайте нарисуем его!»

Дети пальчиковыми красками рисуют салют или выполняют другие рисунки праздничной тематики.

## **7. Рефлексия занятия, ритуал прощания.**

### **Занятие № 9**

#### **1. Приветствие**

Психолог: «Ребята, посмотрите, что сегодня принес нам Дружок». Показывает детям морскую раковину. Дети передают ее по кругу, рассматривают, ощупывают, прикладывают к уху, чтобы услышать «шум прибоя».

Психолог: «А вы хотели бы оказаться на море?» (Ответы детей).

#### **2. Игра «Волны»**

Цель: снижение напряжения, создание положительных эмоций. Игра позволяет ребенку почувствовать свою значимость и теплое отношение к себе окружающих.

Психолог: «Все мы любим купаться в речке, пруду и особенно в море. Почему в море? Наверное, потому, что в море обычно бывают небольшие волны и так приятно, когда они ласково омывают тебя. Давайте сейчас превратимся в морские волны. Попробуем подвигаться, как будто мы волны. Попробуем улыбнуться, как волны, когда они искрятся на ярком солнце. Попробуем «пошуршать», как волны, когда они накатывают на камушки на берегу, попробуем сказать вслух, что говорили бы волны купающимся в них людям, если бы умели говорить. Наверное, они говорили бы: «Мы любим вас, мы любим вас».

Затем психолог предлагает всем по очереди «искупаться в море». «Купающийся» становится в центр, «волны» по одной подбегают к нему и, поглаживая его, тихонько проговаривают свои слова: «Мы любим тебя, мы любим тебя».

#### **3. Упражнение «Кораблик»**

Цель: упражнение способствует доверительным отношениям со взрослым, повышает самооценку ребенка, позволяет преодолеть страх.

Двое взрослых (психолог и педагог) раскачивают за углы одеяло – это кораблик. При словах «тихая, спокойная погода, светит солнышко» – все дети изображают хорошую погоду.

При слове «буря» они начинают издавать шум, кораблик качается все сильнее. Ребенок, находящийся в кораблике, должен перекричать бурю: «Я не боюсь бури, я самый смелый матрос!»

В первое плавание отправляется Дружок, далее к нему присоединяется ребенок (по желанию). Психолог отслеживает состояние ребенка, находящегося в «кораблике», при необходимости, заменяя «бурю» легким волнением на море.

#### **4. «Корабль для капитана» (оригами)**

Психолог: «Молодцы, ребята! Вы были бесстрашными матросами и смогли устоять против бури. Теперь вы можете самостоятельно отправляться в плавание и стать капитанами!»

Дети делают из бумаги кораблики в технике «оригами».

#### **5. Подведение итогов, рефлексия занятия.**

#### **6. Ритуал прощания.**

### **Занятие № 10**

#### **1. Приветствие**

Психолог:

«Ребята, какая сегодня прекрасная погода! Очень хочется выйти на свежий воздух... Дружок приглашает нас на прогулку в лес. Вы согласны? (Ответы детей). А что можно делать в лесу? (Ответы детей). Правильно, в лесу можно собирать грибы и ягоды, наблюдать за животными и птицами, слушать их голоса, любоваться красотой природы... Столько всего интересного в лесу! Давайте отправимся туда поскорее!»

Дети повторяют за педагогом:

Много там зверей и птиц,  
Удивительных чудес!  
Мы с друзьями на прогулку  
Все пойдем в волшебный лес!

Психолог: «Вот мы и в лесу! Звучат звуки природы (пение птиц, шум воды). Что вы слышите, ребята?» (Ответы детей).

## **2. Игра «Потерялся ребенок»**

Психолог: «Давайте прислушаемся – кажется кто-то зовет на помощь. Может кто-то заблудился?»

Давайте поиграем в игру. Представим, что один из нас потерялся. Мы очень обеспокоены, поэтому громко и ласково по очереди зовем его, например: «Ау, Женечка!». «Потерявшийся» ребенок стоит спиной к детям и угадывает, что же его позвал».

Игра позволяет ребенку почувствовать свою значимость, принадлежность к группе, учит детей заботливому отношению друг к другу.

## **3. Игра «Медвежата в чаще были»**

Психолог: «Как хорошо, что мы все вместе и никто из ребят не потерялся! Ой, а кто это там? (Указывает на игрушку-медведя) Медвежонок! Какой маленький! Наверное, он, как и вы, очень любит играть».

Медвежонок здоровается с детьми, приглашает поиграть. (Психолог читает стихотворение, дети выполняют соответствующие движения).

Медвежата в чаще были,  
Головой своей крутили  
Вот так, вот так,  
Головой своей крутили.

Медвежата мед искали,  
Дружно дерево качали  
Вот так, вот так,  
Дружно дерево качали.

Вперевалочку ходили  
И из речки воду пили,  
Вот так, вот так,  
Вперевалочку ходили.

А потом они плясали,  
Выше лапы поднимали.  
Вот так, вот так,  
Выше лапы поднимали.

Медвежонок: «Хорошо с вами, ребята, весело, да мне домой уже пора – мама-медведица, наверное, уже беспокоится... Вот только как мне домой-то идти? Мостик, по которому я на этот берег пришел, сломался, бревна водой унесло. Все, пропал я!» (Плачет).

Психолог: «Не плачь, Топтыжка! Мы тебе поможем, правда, ребята? (Ответы детей). А как можно помочь мишке? (Ответы детей).

Конечно, мы построим новый мост, лучше прежнего! Пора приниматься за дело!»

#### **4. Игра «Строим мост»**

Дети выкладывают на полу свои коврики в линию, чтобы получился мост. Затем психолог раздает детям игрушки-«стучалки» – для сооружения крепкого, надежного моста каждому ребенку необходимо забить все «гвозди».

Игра помогает выявить лидерские способности детей, побуждает их к сотрудничеству, учит взаимопомощи; помогает избавиться от мышечного напряжения.

Психолог: «Молодцы, ребята! На славу потрудились – мост вышел крепкий и красивый. Теперь наш мишка может смело идти по нему домой». Мишка благодарит детей.

Психолог: «А что же ты, Топтыжка, принесешь маме в подарок?»

Мишка: «Не знаю... (грустно) Она меня просила рыбы к ужину наловить, а я не смог, только шубку свою намочил!»

Психолог: «Не печалься, мишка, ребята тебе и в этом помогут! У них ведь есть удочки!»

#### **5. Игра «Рыбалка»**

Дети, стоя на «мосту», ловят рыбу, отдают улов и прощаются с Медвежонком.

#### **6. Упражнение «Волшебный сон»**

Психолог: «Мы с вами сегодня гуляли по лесу, играли с медвежонком, строили мост, ловили рыбу... и немного устали. Давайте приляжем здесь, на этой полянке, и отдохнем».

Дети ложатся на карматы, руки вдоль тела, глаза закрыты. Взрослый дает следующую установку: «Начинается игра «Вол-

шебный сон». Вы не заснете по-настоящему, будете все слышать и чувствовать, но не будете двигаться и открывать глаза, пока не «проснетесь». Внимательно слушайте и повторяйте про себя мои слова. Спокойно отдыхайте, закрыв глаза. Пусть каждому приснится хороший добрый сон».

Реснички опускаются...  
Глазки закрываются...  
Мы спокойно отдыхаем (2 раза)  
Сном волшебным засыпаем.  
Дышится легко, ровно, глубоко.  
Наши руки отдыхают...  
Ноги тоже отдыхают...  
Отдыхают, засыпают (2 раза)  
Шея не напряжена,  
А расслаблена...  
Губы чуть приоткрываются  
Все чудесно расслабляется... (2 раза)  
Дышится легко... ровно... глубоко...  
Напряженье улетело  
И расслаблено все тело (2 раза)  
Будто мы лежим на травке,  
На зеленой, мягкой травке...  
Греет солнышко сейчас...  
Ноги теплые у нас...  
Дышится легко... ровно... глубоко...  
Губы теплые и вялые  
И нисколько не усталые  
Мы спокойно отдыхали,  
Сном волшебным засыпали.  
Хорошо нам отдыхать!  
Но пора уже вставать!  
Крепче кулачки сжимаем,  
Их повыше поднимаем  
Потянуться! Улыбнуться!  
Все – открыть глаза и встать!

Это релаксационное упражнение помогает детям расслабиться, успокоиться, снять мышечное напряжение.

## **7. Рефлексия занятия, ритуал прощания.**

## БЛОК № 3

**Цель: Формирование у детей навыков конструктивного взаимодействия**

### Занятие № 11

#### 1. Приветствие

Психолог: «Ребята, Дружок сегодня шел к нам на занятие и заблудился. Он очень расстроился и не знал, как же ему поступить. Но вдруг он увидел клубочек, который катился мимо. Дружок побежал за ним и оказался в нашем центре! Наверное, это был не простой клубочек, а волшебный!

Он и нам сегодня поможет играть и заниматься».

#### 2. Упражнение «Радостная песенка»

Цель: создание положительного настроя, чувства единства.

Психолог:

«У меня в руках клубочек. Я сейчас обмотаю нитку вокруг пальца и передам клубочек своему соседу справа – Владу – и спою песенку про то, как я рада его видеть – «Я очень-очень рада, что Владик в группе есть...».

Кто получает клубочек, обматывает нитку вокруг пальца и передает его следующему, сидящему справа от него ребенку и мы вместе (все, у кого в руках нитка) поём ему радостную песенку. И так, пока клубочек не вернётся ко мне. Отлично!

Клубочек ко мне вернулся, он пробежал по кругу и всех нас соединил. Наша дружба стала ещё крепче, а настроение улучшилось».

#### 3. Рисование с помощью клубка

Эта игра развивает творческие способности и повышает самооценку, способствует созданию доверительной атмосферы в группе.

Психолог должен иметь клубок ниток или веревки любого цвета и толщины. Разматывая нить, он показывает детям, каким образом, создавая на полу или столе определенные фигуры, можно с ее помощью рисовать. Затем он передает клубок одному из детей и просит его продолжить «рисование». Ребенок, создав свою часть изображения, передает клубок следующему. По-

сле того, как все дети «порисовали», психолог обсуждает с ними то, что получилось.

Обсуждение включает в себя некоторые вопросы, например, кто что видит. Ответы каждого должны сопровождаться теми или иными вербальными или невербальными знаками одобрения.

Возможные вопросы:

- Можешь ли ты увидеть здесь какие-либо буквы?
- Какие фигуры ты здесь видишь?
- Можешь ли ты найти здесь какие-либо цифры?
- Что напоминают тебе эти линии: людей, животных, пейзажи, какие-то события и т.д.?

После того, как ответ первого ребенка получит одобрение, другие быстро включаются в игру, и в группе формируется атмосфера высокого взаимного доверия. Застенчивым или медлительным детям психолог может посоветовать походить вокруг «рисунка» или отойти от него подальше – это иногда помогает активизировать их воображение.

#### **4. Игра «Путаница»**

Психолог: «Вот как причудливо запуталась нить нашего волшебного клубочка! Давайте поиграем в игру «Путаница».

Цель: формирование группового единства.

Ход игры: Водящий выбирается считалкой и выходит из комнаты. Остальные дети берутся за руки и образуют круг (нить). Не разжимая рук, они начинают запутываться. Когда образовалась путаница, водящий входит в комнату и распутывает «нить», не разжимая рук детей.

#### **5. Совместное рисование «Веселые клубочки»**

Психолог: «Ребята, посмотрите, сколько клубочков здесь нарисовано! (Показывает лист ватмана с нарисованными окружностями различного диаметра, расположенными в случайном порядке). Пока это еще не картина, но все вместе мы можем ее создать. Для этого нам необходимо дорисовать каждый из кружочков так, чтобы он стал на что-то похож».

Дети выполняют совместный рисунок, психолог поощряет проявления сотрудничества и взаимопомощи.

Общая деятельность способствует сплочению, позволяет детям пережить ситуацию успеха в группе, активизирует творческий потенциал.

## **6. Рефлексия занятия, ритуал прощания.**

### **Занятие № 12**

#### **1. Приветствие**

Упражнение «Незаконченные предложения» (игра с мячом)

Психолог начинает предложение, поочередно бросая мяч детям. Задача владеющего мячом ребенка – продолжить предложение и вернуть мяч педагогу.

«Я сегодня ...»

«Мне нравится ...»

«Я умею ...»

«Я хочу ...»

«Я стараюсь ...»

Упражнение является разминочным, настраивает детей на дальнейшую работу, способствует развитию способности к выражению мыслей и чувств.

#### **2. Игра «Рукавички»**

Психолог: «Ребята, на улице зима. Мы все стали одеваться тепло – на прогулки ходим в куртках, шапках, шарфах, рукавицах. Дружок сегодня тоже ходил гулять и на детской площадке нашел... (показывает рукавицу) рукавичку! Наверное, кто-то из детей потерял ее. А ведь рукавички, как сестрички, всегда вдвоем. Вот и нам сейчас нужно будет найти рукавичкам их пары».

Для игры нужны вырезанные из бумаги рукавички (количество пар равно количеству пар участников игры). Психолог раскладывает рукавички с одинаковым орнаментом (не раскрашенным) в помещении. Дети расходятся по комнате. Их задача – отыскать свою пару и с помощью трех фломастеров раскрасить свои рукавички совершенно одинаково.

Игра побуждает детей к сотрудничеству, учит принимать совместное решение.

#### **3. Прослушивание и обсуждение сказки «Друзья»**

Психолог: «Молодцы, ребята! Вот видите, как важно слушать друг друга, договариваться – вдвоем все получается легче и быстрее».



Давайте вместе послушаем сказку о двух друзьях.

## Друзья

Наступила зима. Деревья в лесу укутались в пушистые белые шубки. Еловые шишки покрылись ледяной корочкой и поблескивали в солнечных лучах словно хрустальные. Вдоль лесных тропинок выросли глубокие снежные сугробы. А морозный воздух норовил ущипнуть то за нос, то за ушко, то за щеку.

Как-то утром Ежик и Мишутка собрались на прогулку. Они оделись потеплее, сверху повязали шарфики, чтобы мороз не смог забраться к ним за воротнички, и отправились на лесную горку. Там они весело катались на санках, кидали снежки - кто точнее и кто дальше, валяли снежные комья – у кого получится больше. А потом еще и слепили забавного снеговика.

Друзья набегались, наигрались, почувствовали, что проголодались и, не спеша, направились к дому. С неба большими мягкими хлопьями медленно падал снег. А они, усталые и довольные, по очереди катили друг друга на санках. Когда пришла очередь Ежика тянуть санки, он решил достать рукавички и обнаружил, что их нет.

– Что ты ищешь? – спросил Мишка, глядя на озадаченного Ежика.

– Рукавички... Наверно, я их уронил, – ответил Ежик.

Друзья повернулись и побежали искать пропажу. Но то ли в сугробе они утонули, то ли снегом их замело, рукавички так и не нашлись. Лапки Ежика стали замерзать, и он пытался отогреть их своим дыханием. Мишутка увидел это, стянул свою вязаную варежку и протянул ее Ежику.

– А как же ты? Ведь твоя лапка тоже замерзнет! – удивился Ежик.

– У меня две варежки! Одна – тебе, другая – мне! – ответил Мишутка.

Ежик залез лапкой в Мишкину варежку и сразу начал согреваться. Варежка была просторная и мягкая. Ежик даже прищурился от удовольствия.

Санки теперь везли вместе: каждый держался за веревку той лапкой, которая была укутана в варежку, а вторую лапку прятали за пазуху.

Ежик шел и с благодарностью смотрел на Мишку. Он вдруг понял, что у него есть Друг. И на душе от этого тоже становилось тепло.

Психолог обсуждает с детьми сказку, способствуя формированию у них представления о дружбе и доброте; понимаю то, что настоящая доброта – в добрых делах.

#### **4. Рисунок «Портрет друга»**

Психолог:

«Если надо, даст совет,  
Знает мой любой секрет.  
Радость делит он со мной,  
За меня всегда горой.  
Коль беда случится вдруг,  
Мне поможет верный... *(друг)*».

Правильно, ребята! Сейчас каждый из вас нарисует портрет своего лучшего друга».

Дети выполняют рисунки.

#### **5. Подведение итогов**

Психолог с детьми рассматривают получившиеся рисунки, каждый из детей комментирует свою работу. Педагог также побуждает детей к составлению психологического портрета настоящего друга.

#### **6. Ритуал прощания.**

### **Занятие № 13**

#### **1. Приветствие**

##### **Игра «Дотронься до...»**

Психолог:

«Все мы разные – по характеру и внешности. Каждый человек не похож на другого. Среди нас есть дети старательные, активные, мечтательные, веселые...Посмотрите друг на друга, ребята. У кого-то голубые глаза, а у кого то карие, кто-то высокий, а кто-то нет, у кого-то длинные волосы, а у кого-то короткие и т.д. И одеты мы тоже по-разному».

Сейчас мы поиграем в игру: когда я скажу: «Дотронься до синего!», вы все должны как можно быстрее обнаружить у участников в одежде что-то синее и дотронуться до этого цвета!»

Цвета периодически меняются. Тот, кто не успел найти нужный цвет и дотронуться до него, становится ведущим. Психолог следит, чтобы дотрагивались до каждого ребенка.

Игра поднимает настроение у детей, способствует укреплению чувства доверия друг к другу, активизирует внимание, настраивая на дальнейшую работу.

## **2. Обсуждение проблемной ситуации**

Психолог:

«Ребята, посмотрите, какой грустный сегодня Дружок. Он поссорился со своим другом Котенком. Котенок играл во дворе с мячиком – ярким, красивым, прыгучим. Дружок увидел его и тоже очень-очень захотел поиграть с мячом, ведь у него не было такой игрушки. Он подошел к котенку, схватил мячик в зубы и убежал играть. Вот только играть одному оказалось неинтересно. Тогда Дружок захотел поиграть с котенком, но тот отвернулся и не стал с ним разговаривать.

Как вы думаете, почему? Хорошо ли поступил Дружок? Что нужно было сделать Дружку в этой ситуации, чтобы не обидеть друга? Как теперь ему быть? (Ответы детей).

Правильно, в общении очень важно уметь вежливо обратиться с просьбой, по-доброму относиться к окружающим, понимать чувства других людей».

## **3. Игра «Волшебные заросли»**

Цель: снятие телесных барьеров, развитие умения добиваться своей цели приемлемыми способами общения.

Каждый участник (по очереди) пытается проникнуть в центр круга, образованного тесно прижавшимися друг к другу «волшебными водорослями» – всеми остальными участниками. «Водоросли» понимают человеческую речь и могут расслабиться и пропустить участника в центр круга, а могут и не пропустить его, если их плохо просят.

Игра завершается обсуждением: когда водоросли расступались, а когда нет?

#### 4. Прослушивание и анализ стихотворения «Дом с колокольчиком»

Стоит небольшой старинный дом  
Над зеленым бугром.  
У входа висит колокольчик,  
Украшенный серебром.  
И если ты ласково, тихо в него позвонишь,  
То поверь, что в доме проснется старушка  
Седая-седая старушка,  
И сразу откроет дверь.  
Старушка приветливо скажет:  
«Входи, не стесняйся, дружок».  
На стол самовар поставит,  
В печи испечет пирожок.  
И будет с тобою вместе  
Чаек распивать дотемна.  
И старую добрую сказку  
Расскажет тебе она.  
Но если, но если, но если  
Ты в этот уютный дом  
Начнешь кулаком стучаться,  
Поднимешь трезвон и гром,  
То выйдет к тебе не старушка,  
А выйдет Баба-Яга,  
И не слышать тебе сказки,  
И не видать пирога.

*(Л. Кузьмина)*

Обсуждение затрагивает вопросы:

Какие черты характера проявил гость в первом случае? А во втором?

Почему во второй части стихотворения дверь открывает Баба Яга?

От чего зависит отношение того или иного человека к нам?

#### 5. Продуктивная деятельность «Добрый – злой»

Психолог раздает детям листы бумаги, на каждом из которых нарисован ребенок. Изображение разделено вертикальной линией пополам. Детям предлагается раскрасить две половины рисунка по-разному: на одной из них изображен добрый ребенок, на другой – злой.

Подводя итоги, психолог акцентирует внимание детей на том, что никто не бывает «полностью» злым или добрым: иногда мы можем поступать плохо, а иногда – хорошо. Но главное – стараться быть хорошим, добрым, вежливым.

## **6. Ритуал прощания.**

### **Занятие № 14**

#### **1. Приветствие**

Психолог:

«Ребята, наш Дружок сегодня гулял в лесу и встретил там Страшного зверя. Сначала этот зверь громко топал, а потом свернулся в клубочек и затих. Бесстрашный Дружок хотел понюхать его, но тот очень больно уколол ему нос. Как вы думаете – кто же был этот Страшный зверь? (Ответы детей).

Конечно, это всего лишь ежик – доброе и милое животное! А колется он только тогда, когда чувствует опасность.

Давайте все вместе превратимся в ежат!»

#### **2. Игра «Ежик»**

Цель: разминка, создание положительного эмоционального настроения.

По сухой лесной дорожке –  
Топ-топ-топ – топочут ножки.  
Ходит-бродит вдоль дорожек  
Весь в иголках серый ежик.

Дети стоят, слегка согнувшись. Руки, согнутые в локтях – перед грудью, кисти рук опущены вниз. Ноги, слегка согнутые в коленях, делают мелкие, частые шажки.

Ищет ягодки, грибочки  
Для сыночка или дочки.

Дети «собирают ягоды».

#### **3. Прослушивание сказки «Доброе дело»**

Психолог: «Ежики – очень трудолюбивые и заботливые животные. Давайте послушаем об этом сказку».

## Доброе дело

Эта история случилась в лесу. Солнечное и жаркое лето уже закончилось. Наступала ветреная и дождливая осень. Лесные жители начинали утеплять свои жилища и готовить припасы на зиму: ягоды, орешки и мед.

В этот день тетушка Ежиха встала рано, потянулась и ласково взглянула на своих маленьких ежат, которые спали, свернувшись калачиками. Она умылась капельками утренней росы, взяла корзинку и отправилась за грибами. Усердно раздвигая кусты и еловые ветви, тетушка Ежиха обходила каждый пенечек, заглядывала под каждый листочек. Ее старания были вознаграждены. Тут и там ей попадались стройные подберезовики, нарядные подосиновики и благородные боровики. К полудню корзина наполнилась грибами и потяжелела. «Будет у нас с ежатами зимою ароматный и вкусный суп» – думала усталая, но довольная тетушка Ежиха.

Она уже возвращалась домой, когда на небе сгустились тучи и заморосил дождь. Тропинка стала влажной и скользкой. Она держалась за ветки, но одна ветка обломилась. Тетушка Ежиха упала и уронила корзинку. Грибы рассыпались. Она потирала ушибленный бочок и собиралась с силами, чтобы встать.

Мимо то и дело пробегали звери, пролетали птицы. Все они спешили по своим делам. Лишь некоторые обращали на Ежиху внимание.

«Какая ты неловкая!» – возмутилась сверху Сорока.

«Ты наверно ударилась?» – посочувствовала Белочка.

«Какие славные ты собрала грибы!» – похвалил Крот.

И только пробежавший мимо Зайчонок, увидев тетушку Ежиху, понял, что ей нужна помощь. Он помог ей подняться, собрал грибы, взял тяжелую корзинку и проводил до дома, где ее ждали и уже беспокоились маленькие ежата. Они подбежали к маме и окружили ее галдящим хоромом.

На прощание тетушка Ежиха поблагодарила Зайчика и пригласила в гости на грибной суп.

### 4. Беседа с детьми

Вопросы для обсуждения:

- Кого в сказке можно считать добрым? Почему?

- Кто является по-настоящему добрым: тот, кто не делает плохого, или тот, кто совершает добрый поступок?
- Почему важно помогать другим людям?

## **5. Театрализация**

Дети распределяют роли и разыгрывают сюжет сказки «Доброе дело».

## **6. Продуктивная деятельность «Добрые ладошки»**

Каждый ребенок на листе бумаги обводит свою ладошку, прорисовывает на ней личико («одушевляет» ее). Психолог напутствует детей, желает всем, чтобы ручки не ленились и успевали делать добрые дела, помогали близким, друзьям и другим людям.

## **7. Подведение итогов, ритуал прощания.**

### **Занятие №15**

#### **1. Приветствие**

Психолог:

«Ребята, сегодня у нас заключительное занятие. Мы занимались, играли, многое узнали и многому научились. И теперь нам понадобятся все эти знания и умения, особенно умение дружить, помогать, делать добрые дела.

Дружок предлагает нам отправиться на поиски клада. Если мы справимся со всеми заданиями, преодолеем все препятствия на своем пути, то найдем настоящее сокровище. Вы согласны отправиться в путь? (Ответы детей).

Хорошо, только запомните: мы всегда должны быть вместе и оставаться настоящими друзьями».

Дети делают «узел дружбы», соединяя в кругу протянутые вперед руки и говорят все вместе:

Другу всегда помогу я в беде –  
 Рядом я буду всегда и везде.  
 Если попросит, все ему дам,  
 Друга не брошу я и не предам!

Психолог: «Молодцы, ребята, готовы к походу! А не сбиться с пути нам поможет карта, которую раздобыл Дружок».

Дети рассматривают карту. На ней изображена дорога и те персонажи, которых встретят дети на своем пути: сова, лягушка, лиса.

## **2. Игра «Хорошо – плохо»**

Дети встречают тетушку Сову, она дает им задание, не выполнив которого невозможно найти клад.

Сова показывает детям игрушку-весы. Она предлагает им оценить тот или иной поступок следующим образом: каждый ребенок по очереди подходит к весам и кладет на одну чашу светлые камешки (если поступок хороший), а на другую темные (плохой).

Цель: игра учит детей давать нравственную оценку своим поступкам и действиям, а также поступкам других людей; мотивирует детей к социально одобряемому поведению.

Примерные варианты заданий:

– Бабушка попросила Ваню полить цветы, а он пошел играть с друзьями на улицу;

– Вова увидел на улице бездомного котенка и накормил его;

– Мама дала Лене много конфет. Конфеты были очень вкусные, поэтому Лена съела их все до одной;

– Дети не стали играть с Максимом и придумали для него обидное прозвище потому, что он носит очки;

– Маше подарили красивую куклу. Ее подруга Света захотела поиграть с ней, но Маша не стала делиться игрушкой;

– У Саши сломалась машинка. Миша сказал: «Если хочешь, возьми поиграть мою»;

– Данил в столовой нечаянно уронил кружку и разбил ее. Костя побежал к воспитателю и рассказал ему о проступке Данила;

– Мама занималась уборкой дома. Увидев это, Вика взяла тряпку и стала протирать пыль.

Психолог побуждает детей к аргументации своего выбора, обращает их внимание на то, что светлых камешков оказалось больше. И детям тоже нужно стараться вести себя так, чтобы хороших дел, мыслей и поступков было больше, чем плохих.



### 3. Игра «Болото» или «Прогулка с завязанными глазами»

Психолог: «Молодцы, ребята, выполнили задания тетушки Совы. Кто же встретиться дальше на нашем пути? Посмотрите на карту. (Ответы детей). Лягушка! Значит впереди нас ждет болото. Его нам не преодолеть по одному».

Цель: игра способствует укреплению доверия, формированию чувства ответственности за другого человека.

Ход игры: Дети по желанию разбиваются на пары – ведомый с завязанными глазами и ведущий. Ведущий берет ведомого за руку и объясняет, где они сейчас движутся, что их ожидает и как избежать падения или столкновения с предметами в комнате. Ведомый должен полностью доверять ведущему. Когда препятствия преодолены, дети меняются ролями. Когда все дети перейдут «болото», психолог обсуждает их чувства во время игры, в какой роли они чувствовали увереннее? Комфортнее?

### 4. Игра «Вежливые загадки»

Психолог: «Молодцы, ребята, мы почти у цели! Наша карта подсказывает, что клад уже совсем близко. Но кто это там? Лисица! (Обращаясь к ней) Лиса Патрикеевна, не подкажете ли нам, где найти клад?»

Лиса говорит, что до клада всего лишь несколько шагов, но сделать их можно только отгадав ее вежливые загадки.

Дети становятся в линию и слушают загадки Лисы. Правильно закончив четверостишие, они делают один шаг вперед, и таким образом достигают места, где спрятан сундучок со сладкими призами и медалями «Настоящий друг».

Встретив зайку, ёж-сосед  
Говорит ему: «...» (*Привет!*)  
А его сосед ушастый  
Отвечает: «Ёжик, ...» (*Здравствуй!*)  
К осьминожке Камбала  
В понедельник заплыла,  
А во вторник на прощанье  
Ей сказала: «...» (*До свиданья!*)  
Неуклюжий песик Костик  
Мышке наступил на хвостик.  
Поругались бы они,

Но сказал он «...» (*Извини!*)  
Трясогузка с бережка  
Уронила червяка,  
И за угощение рыба  
Ей пробулькала: «...» (*Спасибо!*)  
Говорит Лиса Матрёна:  
«Отдавай мне сыр, ворона!  
Сыр большой, а ты мала!  
Всем скажу, что не дала!»  
Ты, Лиса, не жалуйся,  
А скажи: «...» (*Пожалуйста!*)

Цель игры: актуализировать и закрепить у детей навыки употребления вежливых слов.

### **5. Подведение итогов.**

Дети находят сундучок. Психолог вручает им сладкие призы и медали.

Психолог: Ребята, как вы думаете, какой клад мы нашли, вместе занимаясь и играя, помогая друг другу? Конечно, настоящее сокровище – это дружба! Будьте всегда хорошими друзьями, делайте добрые дела и на сердце у вас всегда будет тепло и радостно!

## Программа

Автор-составитель Зорина О.Ю.

**Тема «Развитие навыка бесконфликтного общения у детей школьного возраста в рамках профилактики жестокого обращения»**

**Цель программы:** создание условий развития навыков бесконфликтного общения у детей школьного возраста в рамках профилактики жестокого обращения.

### **Задачи:**

1. Воспитание интереса к окружающим людям, развитие чувства понимания и потребности в общении; развитие чувства принадлежности к коллективу;
2. Развитие у детей навыков общения в различных жизненных ситуациях со сверстниками, педагогами, родителями; умений устанавливать контакт с окружающими людьми;
3. Развитие адекватной оценочной деятельности, направленной на анализ собственного поведения и поступков окружающих людей;
4. Развитие самоконтроля в отношении проявления своего эмоционального состояния в ходе общения; формирование доверия к собеседнику;
5. Выработка у детей положительных черт характера, способствующих лучшему пониманию в процессе общения; развитие навыков эффективного общения, необходимых при сосуществовании и выполнении функций, возложенных на каждого члена детского коллектива - развитие групповой сплоченности.
6. Формирование у детей умений и навыков практического владения выразительными движениями (мимикой, жестами, пантомимикой)-средствами человеческого общения.

### **Принципы**

1. Принцип единства коррекции и диагностики.

2. Деятельностный принцип коррекции.
3. Принцип учета возрастно-психологических и индивидуальных особенностей клиента.
4. Принцип комплексности методов психологического воздействия.
5. Принцип учета объема и степени разнообразия материала.

### **Методы и приемы**

Наглядные, словесные, практические (по Ю.К. Бабанскому): куклотерапия, сказкотерапия, придумывание истории, разыгрывание.

### **Ожидаемые результаты**

- Воспитать интерес к окружающим людям, развить чувство понимания и потребности в общении; развить чувства принадлежности к коллективу;
- Развить у детей навыки общения в различных жизненных ситуациях со сверстниками, педагогами, родителями; развить умения устанавливать контакт к окружающими людьми;
- Развить адекватную оценочную деятельность, направленную на анализ собственного поведения и поступков окружающих людей;
- Развить самоконтроль в отношении проявления своего эмоционального состояния в ходе общения; сформировать доверие к собеседнику;
- Выработать у детей положительные черты характера, способствующие лучшему пониманию в процессе общения; развить навыки эффективного общения, необходимые при сосуществовании и выполнении функций, возложенных на каждого члена детского коллектива - развить групповую сплоченность;
- Сформировать у детей умения и навыки практического владения выразительными движениями (мимикой, жестами, пантомимикой)-средствами человеческого общения.

Тематический план программы  
по профилактике жестокого обращения  
«Развитие навыка бесконфликтного общения  
у детей школьного возраста»

Цель занятия, кол-во часов	Содержание занятия	Задачи занятия	Планируемый результат	Примечание
1. Снижение эмоционального и мышечного напряжения (1 час)	<p><b>I. Вводная часть:</b> Упр. 1 «Мое имя». Упр. 2 «Танцующие руки»</p> <p><b>II. Основная часть:</b> Упр. 3 «Да и нет» Упр. 4 «Иностранец»</p> <p><b>III. Заключительная часть:</b> Рефлексия</p>	<p>снижение эмоционального напряжения;</p> <p>снижение эмоционального напряжения, самоанализ своих чувств и эмоций;</p> <p>развитие умения межличностного взаимодействия, рефлексии</p>	<p>снижение эмоционального напряжения</p> <p>самоанализ своих чувств и эмоций</p> <p>развитие умения межличностного взаимодействия, рефлексии</p>	<p>ручка, лист А4</p> <p>ватман, кисти, краски, музыкальное сопровождение</p>
2. Снижение уровня агрессивных проявлений (1 час)	<p><b>I. Вводная часть:</b> Упр. 1 «Рисуем настроение».</p> <p><b>II. Основная часть:</b> Упр. 2 «Письмо гнева». Упр. 3 «Дорога препятствий». Упр. 4. «Шарик».</p> <p><b>III. Заключительная часть:</b> Рефлексия</p>	<p>снижение эмоционального напряжения, отреагирование отрицательных эмоций (страха, напряжения);</p> <p>снижение уровня агрессивных проявлений путем отреагирования эмоций</p>	<p>снижение эмоционального напряжения, отреагирование отрицательных эмоций (страха, напряжения)</p>	<p>Лист А4, ручка Кегли, футбольный мяч, письмо</p> <p>Кариматы Лист А4, ручка</p>

<p>3. Снижение уровня агрессивных проявлений (1 час)</p>	<p><b>I. Вводная часть:</b> Упр. 1 «Приветствие». Упр. 2 «Снежинка».</p> <p><b>II. Основная часть:</b> Упр. 3 «Испорченный телефон», Упр. 4 «Трио».</p> <p><b>III. Заключительная часть:</b> Рефлексия</p>	<p>снижение эмоционально напряжения, агрессии, развитие рефлексии; Выявление значения индивидуального восприятия, определение закономерностей общения; развитие навыков конструктивного взаимодействия, снижение агрессии</p>	<p>снижение эмоционально напряжения, Выявление значения индивидуального восприятия, определение закономерностей общения; развитие навыков конструктивного взаимодействия, снижение агрессии</p>	<p>Лист А4, коробки (большие) пустые, ритмичная музыка</p>
<p>4. Снижение уровня агрессивных проявлений, способствовать развитию конструктивного взаимодействия (1 час)</p>	<p><b>I. Вводная часть:</b> Упр. 1 «Путаница».</p> <p><b>II. Основная часть:</b> Упр. 2 «Корабль среди скал». Упр. 3. «Головомяч». Упр. 4. «На дороге».</p> <p><b>III. Заключительная часть:</b> Рефлексия</p>	<p>снижение эмоционального напряжения, снижение психологической дистанции между участниками; развитие коммуникативных навыков, толерантности, доверия; развитие сотрудничества в парах, снижение уровня агрессивных проявлений</p>	<p>снижение эмоционального напряжения, ; развитие коммуникативных навыков, толерантности, доверия; развитие сотрудничества в парах, снижение уровня агрессивных проявлений</p>	<p>Кегли, мячи, Игра «Правила дорожного движения», стулья, повязка на глаза, музыка моря, мяч среднего размера для каждой пары</p>

<p>5. Развитие эмоционально-волевой сферы (1 час)</p>	<p><b>I. Вводная часть:</b> Упр. 1 «Несущее животное». Упр. 2 «Рыбалка».</p> <p><b>II. Основная часть:</b> Упр. 2 «Слепец и поводырь». Упр. 3 «Мафия». Упр. 4 «Безмолвный крик».</p> <p><b>III. Заключительная часть:</b> Рефлексия</p>	<p>снижение эмоционального напряжения, включение участников тренинга в групповой процесс; развитие доверия к партнеру, способности принимать и нести ответственность за свои решения; развитие внутреннего самоконтроля</p>	<p>снижение эмоционального напряжения, включение участников тренинга в групповой процесс; развитие доверия к партнеру, способности принимать и нести ответственность за свои решения; развитие внутреннего самоконтроля</p>	<p>лист бумаги А4, простые карандаши, ватман.</p> <p>Игра «Рыбалка», Карточки с ролями</p>
<p>6. Развитие эмоционально-волевой сферы (1 час)</p>	<p><b>I. Вводная часть:</b> Упр.1 «Моя семья». Упр. 2 «Паровозик».</p> <p><b>II. Основная часть:</b> Упр. 3 «В лесу...».</p> <p><b>III. Заключительная часть:</b> Рефлексия</p>	<p>снижение эмоционального напряжения, развитие умения соотносить свои действия с действиями других, развитие ответственности и самостоятельности; развитие внутреннего самоконтроля, развитие воображения;</p>	<p>снижение эмоционального напряжения, развитие умения соотносить свои действия с действиями других, развитие ответственности и самостоятельности; развитие внутреннего самоконтроля, развитие воображения;</p>	<p>Куклы, посуда, кровать, одежда и ходунки для куклы, пластиковые продукты питания,</p> <p>Карточки с названием животных</p>

		развитие эмоционально-волевой сферы, посредством ролевой игры	развитие эмоционально-волевой сферы посредством ролевой игры	
7. Развитие эмоционально-волевой сферы (1 час)	<p><b>I. Вводная часть:</b> Упр. 1 «Все обо мне».</p> <p><b>II. Основная часть:</b> Упр. 2 «День - ночь». Упр. 3 «Два барана». Упр. 4 «Чемодан».</p> <p><b>III. Заключительная часть:</b> Рефлексия</p>	<p>снижение эмоционального напряжения, развитие рефлексии.</p> <p>развитие эмоционально волевой сферы</p>	<p>снижение эмоционального напряжения, развитие рефлексии.</p> <p>развитие эмоционально волевой сферы</p>	Лист А4, ручка
8. Развитие коммуникативных навыков (1 час)	<p><b>I. Вводная часть:</b> Упр. 1 «Барыня».</p> <p><b>II. Основная часть:</b> Упр. 2 «Испорченный телефон». Упр.3 «передай другому». Упр. 4 «Что помню». Упр. 5 «Спина к спине».</p> <p><b>III. Заключительная часть:</b> Рефлексия</p>	<p>снижение эмоционального напряжения, развитие внимания; знакомство с приемами общения, развитие базовых коммуникативных умений.</p> <p>развитие умения слушать и слышать своего собеседник.</p>	<p>снижение эмоционального напряжения, развитие внимания; знакомство с приемами общения, развитие базовых коммуникативных умений.</p> <p>развитие умения слушать и слышать своего собеседника</p>	Кариматы



<p>9. Развитие коммуникативных навыков. (1 час)</p>	<p><b>I. Вводная часть:</b> Упр. 1 «Приветствии».</p> <p><b>II. Основная часть:</b> Упр. 2 «Пересказ текста». Упр. 3 «Понимание». Упр. 3 «Другой акцент».</p> <p><b>III. Заключительная часть:</b> Рефлексия</p>	<p>Выявление значения индивидуального восприятия, определение закономерностей общения, развитие рефлексии. развитие умения выделять смысл из полученной информации и доносить его до своего собеседника. развитие умений эффективного общения, развитие коммуникативных навыков</p>	<p>Выявление значения индивидуального восприятия, определение закономерностей общения, развитие рефлексии. развитие умения выделять смысл из полученной информации и доносить его до своего собеседника. развитие умений эффективного общения, развитие коммуникативных навыков</p>	<p>Ватман, маркер</p>
<p>10. Развитие навыков межличностного общения (1 час)</p>	<p><b>I. Вводная часть:</b> Упр. 1 «Руки вверх».</p> <p><b>II. Основная часть:</b> Упр. 2 «Начало беседы», Упр. 3 «Критика». Упр. 3 «Как сказать «нет»».</p> <p><b>III. Заключи-</b></p>	<p>снижение эмоционального напряжения; обучение навыку «как начать беседу»; обучение навыку принятия критики; обучение</p>	<p>снижение эмоционального напряжения; обучение навыку «как начать беседу»; обучение навыку принятия критики; обучение</p>	<p>Монетка, ватман, маркер</p>

	<b>тельная часть:</b> Рефлексия	навыку отказа	навыку отказа	
11. Развитие навыков межличностного общения (1 час)	<b>I. Вводная часть:</b> Упр. 1 «Найди друга». <b>II. Основная часть:</b> Упр. 2 «Ведение переговоров», Упр. 3 «Отстаивание своего мнения». Упр. 4 «Массаж по кругу». <b>III. Заключительная часть:</b> Рефлексия	снижение эмоционального напряжения; обучение навыку защиты своего мнения, убеждения, преодоления давления; стимулирование поведенческих изменений	снижение эмоционального напряжения; обучение навыку защиты своего мнения, убеждения, преодоления давления; стимулирование поведенческих изменений	Повязка на глаза
12. Развитие межличностного общения и коммуникативных навыков (1 час)	<b>I. Вводная часть:</b> Упр. 1 «Толкалки без слов». <b>II. Основная часть:</b> Упр. 2 «Преодоление обвинения», Упр. 3 «Выражение благодарности». Упр. 3 «Я рад общаться с тобой» <b>III. Заключительная часть:</b> Рефлексия	обучение поиску альтернативных вариантов поведения в конфликте; обучение навыку преодоления обвинения; обучение навыку выражения благодарности; формирование навыков доброжелательного отношения друг к другу	обучение поиску альтернативных вариантов поведения в конфликте; обучение навыку преодоления обвинения; обучение навыку выражения благодарности; формирование навыков доброжелательного отношения друг к другу	

13. Отреагирование отрицательных эмоций (2 часа)	<b>I. Вводная часть:</b> Упр. 1 «Рисуем настроение». <b>II. Основная часть:</b> Упр. 2 «Своя история». <b>III. Заключительная часть:</b> Рефлексия	снижение эмоционального напряжения; развитие творческих способностей, отреагирование отрицательных эмоций. развитие рефлексии, подведение итогов по всем занятиям	снижение эмоционального напряжения; развитие творческих способностей, отреагирование отрицательных эмоций. развитие рефлексии, подведение итогов по всем занятиям	Лист А4, фломастеры, цветные карандаши, цветная бумага, клей,  Кукольный театр
--	---	---	---	--

Содержание программы  
по профилактике жестокого обращения  
**«Развитие навыка бесконфликтного общения  
у детей школьного возраста»**

**Занятие № 1**

**Цель:** Снижение эмоционального и мышечного напряжения.

***I. Вводная часть***

Ход занятия:

**Упр. 1. «Мое имя»**

*Цель:* познакомиться с участниками коррекционно-развивающего занятия, снижение эмоционального напряжения.

*Материал:* ручка, лист А4.

*Инструкция:* Всем участникам предлагается ручка и лист бумаги, на котором следует написать в столбик свое полное имя. Далее, напротив каждой буквы написать какое-либо качество, присущее данному человеку.

Например: А – активный

Н – необычный

Д – добрый

Р – радужный

Е – единственный

Й – интересный

*Вопросы:* как вы думаете, чему учит данное упражнение? Где это в жизни может пригодиться?

*Итог:* у каждого из нас есть имя, но мы никогда не задумывались, сколько положительных эмоций оно несет за собой. Ведь не зря нам более приятно слышать, когда нас называют по имени, нежели как-то иначе.

### **Упр. 2. «Танцующие руки»**

*Цель:* снижение эмоционального напряжения, самоанализ своих чувств и эмоций.

*Материал:* ватман, 2 кисти, краски, музыкальное сопровождение, кариматы.

*Инструкция:* «Разложите ватманы на полу. Возьмите по 2 кисточки. Выберите для каждой руки понравившийся вам цвет. Садитесь напротив своего ватмана. Закройте глаза, и, когда начнется музыка, вы можете обеими руками рисовать по бумаге. Двигайте руками в такт музыке. Потом вы можете посмотреть, что получилось» (2–3 минуты). Игра проводится под музыку. Когда рисунки закончены, можно спросить у детей, на что они похожи.

*Вопросы:* чему учит данное упражнение? Какие были затруднения?

## ***II. Основная часть***

### **Упр. 3. «Да и нет»**

*Цель:* снижение эмоционального напряжения, пробуждение жизненных сил

*Инструкция:* дети разбиваются на пары и становятся друг перед другом и проводят воображаемый бой словами. Они договариваются, кто из них будет говорить «да», а кто - «нет». Весь спор будет состоять только из этих двух слов. Можно начинать очень тихо, постепенно увеличивая громкость до тех пор, пока один из партнеров не решит, что громче уже некуда. По знаку ведущего дети делают несколько глубоких вдохов, и начинается спор.

*Рефлексия:*

– Чему учит данное упражнение? Какие были затруднения при выполнении?

*Итог:* обратите внимание, как приятно находится в тишине после такого шума. Как вы считаете, криком можно что-то доказать? На мой взгляд, гораздо лучше было бы, если вы бы спросили друг друга: «а по какому поводу идет спор?». Так и в жизни часто бывает, люди не выяснив все подробности, ругаются, спорят, а когда начинают разговаривать, то выясняется, что просто друг друга не правильно поняли, предварительно наговорив много негативных фраз.

#### **Упр. 4. «Иностранец»**

*Цель:* развитие умения межличностного взаимодействия, рефлексии.

*Материал:* карточки с перечнем пословиц.

*Инструкция:* представьте себя в роли иностранцев, которые не очень хорошо знают русский язык и поэтому не в состоянии понять иносказательный смысл высказываний. Все слова, фразы вы понимаете буквально, например, услышав: «Не вешай нос», представляет собой подвешенного за нос человека и думает, что это средневековый способ казни.

#### ***Перечень возможных пословиц:***

– «Себе на уме», «дитя не плачет – мать не разумеет», «комар носа не подточит», «прошел огонь, воду и медные трубы», «сумел дитя родить, сумей и научить», «яйца курицу не учат», «у семи нянек – дитя без глазу», «зимой снега не выпросишь».

#### ***Рефлексия:***

Какие возникли трудности при выполнении?

Чему учит данное упражнение?

*Итог:* иногда в общении, люди используют фразу: «не спорь, я лучше знаю, как будет правильно», затем переходят на оскорбления и т.д. И происходит недопонимание. Для того, чтобы этого избежать, необходимо объяснить свою позицию, почему вы так считаете, и понять, действительно ли человек правильно воспринимает ту информацию, которую вы и хотели до него донести.

### ***III. Заключительная часть***

#### ***Рефлексия:***

1. Что помогало и что мешало при выполнении упражнений?
2. Что нового вы узнали на занятии?
3. Где это в жизни может пригодиться?

## Занятие № 2

**Цель:** Снижение уровня агрессивных проявлений.

### ***I. Вводная часть***

Ход занятия:

#### **Упр. 1. «Рисуем настроение»**

**Цель:** снижение эмоционального напряжения, отреагирование отрицательных эмоций (страха, напряжения).

**Материал:** фломастеры, лист А4, фломастеры, цветные карандаши

**Инструкция:** каждому ребенку предлагается нарисовать свое настроение, каким он его видит. Можно изобразить в виде какого-то события, предмета, действия, ситуации и т.д. Далее предлагается в правом верхнем углу нарисовать солнышко, а на лучиках ответить на вопрос «что для меня счастье?». Когда все дети нарисовали, приступаем к обсуждению:

- Что изображено на рисунке?
- Почему возникают именно такие ассоциации?
- Что для вас «счастье»?

**Итог:** вы заметили, что рисование значительно повышает настроение. Казалось бы, не приложили ни каких усилий, а получили такой результат... Что касается счастья, то здесь нет правильных и неправильных ответов – они все разные. Поскольку мы все разные и то, что приносит нам радость, счастье – это индивидуально.

### ***II. Основная часть***

#### **Упр. 2. «Письмо гнева»**

**Цель:** снижение уровня агрессивных проявлений путем отреагирования эмоций.

**Материал:** ручка, лист А4.

**Инструкция:**

1. Попросите ребенка подумать о том человеке, который вызывает у него злость и активное неприятие, а также о тех ситуациях, связанных с этим человеком, где данное чувство проявлялось особенно остро.

2. Попросите ребенка написать письмо этому человеку (чаще это один из родителей или оба родителя, одноклассник, педагог).

Пусть в этом письме ребенок честно и искренне расскажет, что он переживает, когда видит этого человека, когда слышит упреки, замечания, а возможно, и оскорбления в свой адрес, что ему хочется сделать в ответ.

Важно, чтобы ребенок полностью выразил свои чувства, освобождаясь от них (предупредите ребенка, что кроме него это письмо никто никогда не увидит и не прочтет).

**3.** После того как ребенок напишет письмо, спросите его, что ему хочется сделать с ним: разорвать, скомкать, сжечь, просто выбросить, привязать к ниточке улетающего воздушного шарика и т.п. Важно не предлагать ребенку варианты действий, а услышать его желание. Часто дети хотят уничтожить письмо, символически освобождаясь от негативного чувства.

*Рефлексия:*

– Были ли сложности при выполнении упражнения?

– Что вы чувствуете?

*Итог:* у каждого человека так или иначе могут накапливаться негативные эмоции, которые требуют отреагирования. Открыто человек иногда не может сказать о своих чувствах, но написать вполне возможно. При этом создается чувство, что вы все высказали, прожили этот неприятный момент.

### Упр. 3. «Дорога препятствий»

*Цель:* отреагирование негативных эмоций (страха, напряжения), знакомство с новыми приемами общения в конфликтных ситуациях.

*Материал:* кегли, футбольный мяч, письмо (написанное ранее другими ребятами, в котором указаны положительные качества данного участника, подкрепленные конкретными примерами).

*Инструкция:* необходимо расставить кегли в форме «змейки», в конце этого пути положить письмо. Ребенку предлагается вспомнить конфликтную ситуацию, о которой часто он вспоминает, от которой у него остались неприятные впечатления. Далее необходимо взять мяч и проговаривая каждый шаг, вспоминать данную ситуацию, что привело к конфликту. Ребенок проговаривает и параллельно сбивает мячом кегли. Когда все кегли на полу, следует вернуться к началу пути и совместно с педагогом, разобрать каждую фразу, которая способствовала возникновению недопонимания, а затем и привело к конфликту. Эти фразы

необходимо заменить другими, которые располагают к конструктивному общению и исключают при общении негативный характер (при этом поднимая кеггли). Когда все фразы заменены на другие, а кегли восстановлены, ребенок получает письмо, в котором другие ребята рассказывают про его добрые дела.

*Рефлексия:*

– Что вы чувствуете?

*Итог:* данное упражнение наглядно показывает, что нет безвыходных ситуаций, и если нельзя изменить саму ситуацию, нужно изменить свое отношение к ней. Когда мы что-то разрушаем, в первую очередь, мы себе доставляем неудобство в виде раздражения, возмущения. А если мы находим более благоприятный выход из сложившейся ситуации, то мы себе доставляем удовольствие в виде положительных эмоций.

#### **Упр. 4. «Шарик»**

*Цель:* снижение уровня эмоционального напряжения.

*Инструкция:* положите руку на живот. Надуйте живот как будто это воздушный шар. Мышцы живота напрягаются. Сделайте спокойный вдох животом так, чтобы рукой почувствовать небольшое напряжение мышц. Плечи поднимать нельзя. Вдох-выдох. Мышцы живота расслабились, стали мягкими. Теперь легко сделать новый вдох. Воздух сам легко входит внутрь. Выдох свободный, ненапряжённый.

Вот как шарик надуваем!  
А рукою проверяем /вдох/  
Шарик лопнул, выдыхаем,  
Наши мышцы расслабляем

*Рефлексия:*

– Что вы чувствуете?

### **III. Заключительная часть**

**Рефлексия:**

1. Что помогало и что мешало при выполнении упражнений?
2. Что нового вы узнали на занятии?
3. Где это в жизни может пригодиться?



### Занятие № 3

**Цель:** Снижение уровня агрессивных проявлений.

#### ***1. Вводная часть***

Ход занятия:

#### **Упр. 1. «Приветствие»**

**Цель:** Выявление значения индивидуального восприятия, определение закономерностей общения, развитие рефлексии.

**Инструкция:** все мы знаем, что существует много наций, у которых есть свои ценности, правила, обычаи, но есть и то, что всех нас объединяет – это приветствовать друг друга при встрече, тем самым желая здоровья и процветания. Сейчас вам предстоит непростая задача: каждому из вас следует поздороваться друг с другом, но не обычным способом. Все мы знаем, что существует много способов приветствия, т.е. – это и пожатие руки, и кивание головы, и различные объятия. Выберите для себя один способ, которым вы будете приветствовать всех участников, желательно не повторяться.

#### **Рефлексия:**

– Что помогало, что мешало участникам передавать приветствие?

**Итог:** мы очень часто приветствуем друг друга и уже практически не замечаем, сколько положительных эмоций нам приносит одно простое слово, жест или фраза, сказать которые стоит нам больших усилий.

#### **Упр. 2. «Снежинка»**

**Цель:** снижение эмоционально напряжения, активизировать работоспособность на дальнейшее выполнение заданий.

**Материал:** лист А4.

**Инструкция:** каждому участнику предлагается лист бумаги А4. Сложите лист бумаги пополам, оторвите правый верхний угол, снова сверните пополам и снова оторвите правый верхний угол. Еще раз сверните пополам и оторвите правый верхний угол, и снова сверните пополам и оторвите правый верхний угол. Теперь разверните. У вас получилась снежинка. Попробуйте найти здесь человека с такой же снежинкой как у вас».

*Рефлексия:*

– Встречались ли затруднения при выполнении данного упражнения?

*Итог:* несмотря на одинаковую инструкцию каждый сделал снежинку по-своему. Так же как нет двух одинаковых снежинок, так и нет двух одинаковых людей. Каждый человек индивидуален, что и является самой главной ценностью.

## ***II. Основная часть***

### **Упр. 3. «Испорченный телефон»**

*Цель:* снижение эмоционально напряжения, агрессии, развитие рефлексии.

*Инструкция:* дети встают в цепочку. Психолог встает в конце цепочки. Таким образом, все дети повернуты к нему спиной. Хлопком по плечу он предлагает повернуться к нему лицом стоящему впереди ребенку. Затем он жестами показывает какой-либо предмет (спичечный, коробок, шарик, волейбольный мяч и пр.). Первый участник поворачивается лицом ко второму и также хлопком по плечу просит его повернуться и показывает предмет, второй передает третьему, третий – четвертому и т.д. Последний участник показывает предмет.

*Условия:* все делается молча, используются только жесты, можно лишь попросить повторить, участники не должны поворачиваться до тех пор, пока предыдущий участник не хлопнет их по плечу.

*Примечание:* по желанию и возможности предмет можно заменить эмоцией, понятием, которое необходимо показать соседу.

*Рефлексия:*

– Встречались ли затруднения при выполнении упражнения?

– Что помогало и что мешало справиться с упражнением?

*Итог:* часто случаются конфликты у людей, из-за того, что кто-то кого-то не понял, не уточнив информацию у первоисточника, рассказывает ее другим. В итоге случается то, что в народе называется «слухи». Чтобы не происходило таких ситуаций, переспрашивайте, уточняйте: «правильно ли я тебя понимаю, что...?», а лучше спорные вопросы выяснять с первоисточником, но не «а мне Катька сказала, что Мишка сказал, а Светка услышала и т.д.».

#### **Упр. 4. «Трио»**

*Цель:* развитие навыков конструктивного взаимодействия, снижение агрессии.

*Материал:* пустые коробки, ритмичная музыка

*Инструкция:* я приготовила для вас сложную задачу, решая которую, вы сможете показать, насколько хорошо вы взаимодействуете друг с другом. Для начала понадобится три добровольца. Они должны встать в одну шеренгу плечом к плечу. Тот, кто стоит посередине, ставит свои ноги в две пустые коробки: в одну – левую ногу, в другую – правую.

Стоящий справа от «центрального» ставит свою левую ногу в коробку с правой ногой «центрального», а стоящий слева – правую ногу в коробку с левой ногой того, кто стоит в центре.

Теперь все должны попробовать пройти несколько метров. Наверное, будет лучше, если они возьмут друг друга за плечи. Когда первая тройка справится с заданием, можно подключить в эту группу еще одного ребенка, так постепенно подключают остальных детей.

Если группа участников большая, то имеет смысл начинать с 2-х или 3-х трио. Тогда будет интересно выяснить, какая из групп сможет двигаться с большим числом участников. Подбадривайте детей, пусть они друг с другом обсуждают, как поступить. При желании дети могут меняться местами.

*Рефлексия:*

– Встречались ли затруднения при выполнении данного упражнения?

– Что помогало и что мешало справиться с заданием?

*Итог:* в жизни бывают такие ситуации, с которыми вы бы как не старались справиться в одиночку не возможно (например: сдвинуть машину с места, подготовка мероприятия и др.), для этого необходимо учиться работать в группе слаженно. Если, выполняя одно дело, участники будут постоянно ругаться, положительного результата не стоит и ждать...

#### **III. Заключительная часть**

*Рефлексия:*

1. Что помогало и что мешало при выполнении упражнений?
2. Что нового вы узнали на занятии?
3. Где это в жизни может пригодиться?

## Занятие № 4

**Цель:** Снижение уровня агрессивных проявлений, способствовать развитию конструктивного взаимодействия.

### ***I. Вводная часть***

Ход занятия:

#### **Упр. 1 «Путаница»**

**Цель:** Снижение эмоционального напряжения, снижение психологической дистанции между участниками.

**Инструкция:** выбирается водящий, он выходит за дверь. Остальные участники встают в круг, держась за руки и «запутываются», меняя свое местоположение, поворачиваются под разными углами. Задача водящего – распутать всех так, чтобы ребята вновь образовали круг. Если выполнение задания сильно затягивается, можно разрешить водящему расцепить какую-то одну пару рук и переставить этих участников на нужное место.

**Рефлексия:**

– Что помогало и что мешало при выполнении упражнения?

**Итог:** вы замесили, что взявшись за руки, у вас появилось чувства единства: у вас один круг, одна цель, одна группа и на самом деле, очень многое вас объединяет... И благодаря этому появляется позитивный настрой на работу.

### ***II. Основная часть***

#### **Упр. 2. «Корабль среди скал»**

**Цель:** развитие коммуникативных навыков, толерантности, доверия.

**Материалы:** кегли, мячи, повязка на глаза, музыка моря.

**Инструкция:** встаньте, пожалуйста, образуя большой круг (если детей не много 5–6 чел., то они встают по 1–2 чел. вдоль стен, обозначая берега) в середине круга находится море. Но это очень опасное море, потому что в нем есть скалистые утесы. Эти «утесы» нам заменят кегли, мячи. Один из вас будет кораблем, а кто-то другой – капитаном корабля. Любой из вас сейчас может сказать: «я хочу быть кораблем и встать в центр круга, который станет гаванью.

«Корабль» сам находит себе капитана, задача которого так провести корабль среди скал, чтобы он ни разу не налетел на них. Капитан ведет «корабль», держа его осторожно за руку и

отдавая команды. Например: «Сделай два маленьких шага вперед, а теперь повернись влево. Стоп! Сделай один шаг направо. Стоп!» и т.п.

Количество скал может быть произвольным (выбирают сами дети), главное, чтобы задание было выполнимым.

Нам осталось еще выяснить, к какому берегу отправится корабль. Любой из ребят, образующих «берег», может сказать: «Пусть корабль плывет ко мне. Тогда другие «берега» становятся «скалами».

Когда «корабль» подойдет к конечной точке своего маршрута, «берег» должен сказать кораблю: «ты достиг своей цели» и радостно заключить корабль в объятия «Скалы» аплодируют «кораблю», несмотря на то, что дети любят эту игру, не стоит «отправлять в плавание» больше 2–3 детей, иначе они могут устать.

*Рефлексия:*

– Что вы чувствовали, когда были «кораблем», «берегом», «капитаном», «скалами»?

– Чувствовал ли «корабль» себя в безопасности со своим «капитаном»?

– Что было самым сложным при выполнении упражнения?

*Итог:* иногда многое зависит от человека, от того, как он преподнесет информацию: насколько правильно, точно постарается отразить все аспекты. Иногда вещи, которые нам кажутся «мелочами», на самом деле бывают очень важны. Как и в данном упражнении, например: если бы мы говорили не: «два маленьких шага вперед», а вместо этого сказали бы «немного пройди вперед» – как считаете, смысл изменился?

### **Упр. 3. «Головомяч»**

*Цель:* развитие сотрудничества в парах, снижение уровня агрессивных проявлений.

*Материалы:* мяч среднего размера для каждой пары.

*Инструкция:* разбейтесь на пары и ложитесь на пол друг против друга. Лечь нужно на живот так, чтобы ваша голова была напротив головы партнера. Положите мяч точно между вашими головами. теперь вам нужно поднять мяч и встать самим. Вы можете касаться мяча только головами. Встаньте сначала на колени, а потом на ноги. Можно держать друг друга руками,

если понадобится. Когда дети научатся легко справляться с этой задачей, можно ее усложнить, объединив детей в тройки.

*Рефлексия:*

– Какие были сложности при выполнении данного упражнения?

– Что помогало и что мешало выполнению данного упражнения?

– Кто и какие варианты выполнения упражнения предлагал?

*Итог:* при работе в группе, в классе, т.е. там, где объединены несколько человек самое главное – это согласованность действий, если каждый будет только за себя и за свои действия нести ответственность, то никогда и ничего не получится. Только совместное решение, выполнение приведет к успеху, причем иногда следует идти на компромисс (решение, которое всех устраивает, но каждый должен в чем-то уступить) для того, чтобы добиться совместно положительного результата.

#### **Упр. 4. «На дороге...»**

*Цель:* развитие навыков межличностного общения, толерантности.

*Материалы:* игра «Правила дорожного движения», машины небольшого размера.

*Инструкция:* всем участникам предлагаются машинки, выбор которых они должны обозначить. Далее, на полотне «дорога», педагогом создается спорная ситуация для участников движения, разрешить которую они должны самостоятельно. Ребята должны договориться о том, кто и в каком порядке продолжит движение. Участники во избежание «аварии» продолжают движение только после единогласного решения сложившейся ситуации.

*Рефлексия:*

– Чему учит данное упражнение?

– Встречались ли при выполнении упражнения какие-либо сложности?

*Итог:* мы еще раз наглядно увидели, что криком, спором и применением физической силы спорную ситуацию не разрешить. Если каждый будет делать только так, как ему хочется, это может привести к «аварии» в игре, а в жизни – к конфликту. В подобных ситуациях (спорных) следует прислушиваться к

своим собеседникам, и самим не просто заявлять свою позицию, а аргументировать свой выбор (пояснить, почему вы так считаете).

### ***III. Заключительная часть***

#### **Рефлексия:**

1. Что помогало и что мешало при выполнении упражнений?
2. Что нового вы узнали на занятии?
3. Где это в жизни может пригодиться?

### **Занятие № 5**

**Цель:** развитие эмоционально-волевой сферы.

#### ***I. Вводная часть***

Ход занятия:

#### **Упр. 1. «Несуществующее животное»**

**Цель:** снижение эмоционального напряжения, включение участников тренинга в групповой процесс.

**Материалы:** лист бумаги А4, простые карандаши, ватман.

**Инструкция:** возьмите по листу бумаги и простому карандашу и расположитесь так, чтобы было удобно рисовать. Придумайте и нарисуйте несуществующее животное и назовите его несуществующим названием. После окончания рисования группа образует общий круг. Каждый рассказывает о своем животном: как оно называется, где живет, чем питается, с кем дружит, и др.

Теперь участники встают, ходят по комнате, еще раз смотрят на окружающих их несуществующих животных. А теперь участникам необходимо объединиться в «стада» с теми животными, с которыми им хочется. Объединившись необходимо обсудить: что стало причиной объединения ваших животных, что в них общего, чем они отличаются? Далее необходимо придумать какой-нибудь девиз или лозунг, который хоть как-то характеризовал бы ваше сообщество. Выбирается «вожак», который представляет свое сообщество группе. Далее сообществам необходимо на половинке ватмана нарисовать одно животное, которое получилось бы слияния всех животных вашего сообщества. В рисовании участвуют все. Так же как в предыдущем задании надо придумать ему несуществующее название.

После завершения работы обсуждение в группе: что это за животное, какие черты характера оно имеет, что любит и что ненавидит. Снова определяется «вожак», который об этом рассказывает остальным. Теперь участники подходят к столу, на котором лежит большой лист ватмана и карандаши. Необходимо представить, что все животные невероятным образом слились в одно и нарисовать его.

*Рефлексия:*

– Какое животное у вас получилось? Расскажите о нем.

### **Упр. 2. «Рыбалка»**

*Цель:* развитие произвольности.

*Материал:* игра «Рыбалка».

*Инструкция:* все участники делятся на 2 команды. Каждой команде вручается по удочке, которой они, все по очереди, должны поймать предложенных морских обитателей. Побеждает та команда, которая быстрее справится с заданием.

*Рефлексия:*

– Встречались ли затруднения при выполнении упражнения?

*Итог:* при выполнении какого либо задания, не стоит торопиться, ведь главное не скорость, а качество. Даже существуют поговорки: «Поспешись – людей насмешись», «Тише едешь, дальше будешь...» и другие.

## **II. Основная часть**

### **Упр. 3. «Слепец и поводырь»**

*Цель:* развитие доверия к партнеру, способности принимать и нести ответственность за свои решения.

*Инструкция:* Все делятся на пары. Упражнение выполняется одновременно максимум 3мя парями. Поводырь ведет участника с закрытыми глазами на другой конец комнаты, преодолевая препятствия с помощью устных рекомендаций. Затем участники меняются, пока все не попробуют себя в роли и проводника и ведомого.

*Рефлексия:*

– Что вы чувствовали, когда были «поводырем»?

– Что вы чувствовали, когда были «слепцом»?

– Чему учит данное упражнение?

*Итог:* вы совершенно правы, в жизни когда-то все равно приходится взять на себя ответственность: за человека, за свои



действия и поступки. И тут уже все зависит только от нас – как мы справимся с этим, так оно и будет... Взрослого человека и отличает от ребенка именно то, что он готов нести ответственность, поэтому следует к этому относиться серьезно.

#### Упр. 4. «Мафия»

*Цель:* развитие внутреннего самоконтроля.

*Материалы:* заранее заготовленные карточки по числу участников, на которых написаны роли: «мафия» и «мирные жители».

*Инструкция:* участники садятся в круг лицом к центру. Тренер раздает участникам по специальной карточке, оговорив заранее, какие карты будут обозначать «мафию». Игроки смотрят карточки, никому их не показывая, после чего их собирают. «Мафиози» никак не должны показывать свою принадлежность, а «мирные жители» должны обнаружить их по особенностям поведения.

«На город опускается ночь. Мирные жители спят, – говорит ведущий, все участники закрывают глаза, а ведущий продолжает: – мафия знакомится!».

«Мафиози» открывают глаза и находят взглядами друг друга. После этого ведущий предлагает им закрыть глаза и говорит: «Наступило утро. По городу пронеслась весть о том, что появилась мафия. Жители обсуждают это сообщение и пытаются угадать, кто же преступник».

Группа открывает глаза и ведет обсуждение, анализируя поведение каждого участника. Группа выбирает путем голосования «кандидата», если группа угадала верно, то ведущий говорит: «Поздравляю! Вы убили мафиози», – и группа продолжает обсуждение. Если же участники указывают неверно, ведущий объявляет: «Увы! Вы убили честного человека!» Игрок, на которого указывает группа, выбывает из дальнейшей игры. Ведущий говорит: «В город приходит ночь. Все жители спят». Все закрывают глаза, и спустя какое-то время, когда ведущий убедится, что никто не подглядывает, он дает знак «мафии», например: «Только мафия не спит. Она выходит на охоту». Люди «мафии» открывают глаза, выбирают жертву, взглядами договариваются и показывают ее ведущему, после чего вновь закрывают глаза.

«Наступило утро! – объявляет ведущий. – Город проснулся, и его жители узнали страшное сообщение. Этой ночью был убит мирный житель, – ведущий показывает на того участника, которого выбрали мафиози. – Кто же преступник?»

Группа возобновляет обсуждение. Игра продолжается до тех пор, пока не будут обнаружены и устранены все «мафиози» или число мирных жителей не станет меньше числа бандитов.

*Рефлексия:*

– Какие возникли сложности при выполнении упражнения?

– Чему учит данное упражнение?

*Итог:* иногда случаются такие ситуации, когда нужно принять на себя какую-то роль (ведущий, учитель и т.д.), соответственно в связи с этим, меняется поведение, понимание, мировоззрение человека, например, «ведь я учу маленьких детей собирать за собой игрушки и сам не могу позволить себе что-то раскидывать...»

#### **Упр. 5. «Безмолвный крик»**

*Цель:* развитие внутреннего самоконтроля.

*Инструкция:* Ведущий дает следующую инструкцию детям: «Закрой глаза и трижды глубоко и сильно выдохни. Представь себе, что ты идешь в тихое и приятное место, где никто тебе не помешает. Вспомните о ком-нибудь, кто действует тебе на нервы, кто тебя злит или причиняет тебе какое-либо зло. Представь себе, что этот человек еще сильнее раздражает тебя. Пусть твоё раздражение усиливается. Определи сам, когда раздражение станет достаточно сильным. Тот человек тоже должен понять, что больше раздражать тебя уже нельзя. Для этого ты можешь кричать изо всех сил, но так, чтобы этого никто не услышал в группе. То есть кричать нужно про себя. Может быть, ты захочешь заорать: «Хватит! Перестань! Исчезни!» Открой рот и закричи про себя так громко, как только сможешь.

А теперь снова вспомни о человеке, который обижает тебя. Представь себе, что каким-то образом ты мешаешь этому человеку по-прежнему злить тебя. Придумай в своем воображении, как ты сможешь сделать так, чтобы он больше тебя не мучил» (1 минута).

Ребенок открывает глаза и рассказывает о том, что пережил.

### ***III. Заключительная часть***

#### ***Рефлексия:***

1. Что помогало и что мешало при выполнении упражнений?
2. Что нового вы узнали на занятии?
3. Где это в жизни может пригодиться?

### ***Занятие № 6***

**Цель:** развитие эмоционально-волевой сферы.

#### ***I. Вводная часть***

Ход занятия:

##### ***Упр. 1. «Моя семья»***

**Цель:** развитие внутреннего самоконтроля, повысить уровень знаний о социальных нормах семейного благополучия.

**Материал:** куклы, посуда, кровать, одежда и ходунки для куклы, пластмассовые продукты питания.

**Инструкция:** все участники делятся на 2 команды. Каждой команде выдается набор, который включает в себя: куклы, посуду, одежду, кровать и ходунки для куклы, пластмассовые продукты питания. Далее следует распределить семейные роли в каждой команде. Главная задача каждой команды – показать 1 день из жизни их семьи (с утра до ночи выполнение обязанностей каждого члена семьи).

**Рефлексия:**

– Чему нас учит данное упражнение?

**Итог:** в каждой семье есть свои правила, законы, обычаи, но есть и общепринятые нормы в социуме, которых следует придерживаться (например, каждое утро мы умываемся, чистим зубы, завтракаем и т.д.). Главным законом в каждой семье должно стать: «Запрет на нецензурное выражение и применение физической силы», поскольку ничего поучительного в данных мероприятиях нет, а только несет массу негативных эмоций.

#### ***II. Основная часть***

##### ***Упр. 2. «Паровозик»***

**Цель:** снижение эмоционального напряжения, развитие умения соотносить свои действия с действиями других, развитие ответственности и самостоятельности.

**Инструкция:** дети цепляются друг за друга, изображая «паровозик». Главный – первый вагон. Каждый должен почувство-

вать поддержку другого. «Паровозик» в течение 1–2 минут преодолевает в ходе игры всякие препятствия: перепрыгивает через ручей, проезжает по дремучему лесу, пробирается через горы, мимо страшного зверя, летает в космосе. Так как роль «первого вагона» способствует развитию ответственности, желательно, чтобы каждый ребенок побыл в этой роли.

*Рефлексия:*

– Что помогало и что мешало при выполнении данного упражнения?

– Чему учит данное упражнение?

*Итог:* мы часто задумываемся и говорим о том, что есть общие правила, требования, те которые приняты в обществе, которых следует придерживаться. Как и наш паровоз мы вместе бегали, прыгали, но ведь когда говорили, что нельзя заходить за черту, поскольку паровоз сломается, мы это выполняли? Так и в жизни есть свои нормы, права, но и обязанности никто не отменял.

### **Упр. 3. «В лесу...»**

*Цель:* развитие эмоционально-волевой сферы, посредством ролевой игры.

*Материалы:* карточки с названием животных: «заяц», «волк».

*Инструкция:* всем участникам предлагается разбиться на две команды (это возможно сделать, выстроив всех в один ряд и рассчитав «на первый – второй»). Затем все должны взять по карточке с названием зверей, но никому не показывать. Все, как и стояли по командам, так и стоят, несмотря на то, что у них в команде есть зайцы и волки. Ведущий объявляет: «слева от меня находится команда зайцев, справа – волков». Ваша задача – выявить методом беседы, кто не в своей команде, того и перевести в другую. А задача того, кто не в своей команде – убедить всех остальных, что он «свой».

*Рефлексия:*

– Были ли какие-то затруднения при выполнении упражнения?

– Кому удавалось безошибочно определять, кто находится не в своей команде?

*Итог:* часто случается так, что нужно показать человеку, что ты честен, говоришь правду. И если вы будете кричать,

злиться, ругаться, спорить, то это приводит к мыслям – что ты оправдываешься, обманываешь, стараешься уйти от честного ответа – в общем ни к чему хорошему это не приведет; а если спокойно объяснить свою позицию, то люди пойдут к вам на встречу, прислушаются.

### ***III. Заключительная часть***

#### ***Рефлексия:***

1. Что помогало и что мешало при выполнении упражнений?
2. Что нового вы узнали на занятии?
3. Где это в жизни может пригодиться?

### ***Занятие № 7***

**Цель:** развитие эмоционально-волевой сферы.

#### ***I. Вводная часть***

Ход занятия:

##### ***Упр. 1. «Все обо мне»***

**Цель:** снижение эмоционального напряжения, развитие рефлексии.

**Инструкция:** все участники образуют круг, все по очереди, начиная с ведущего, произносят фразу: «меня можно не любить за то, что я...», а его сосед слева дополняет фразу: «но тебя можно любить за то, что ты...». Главное в упражнении то, чтобы все участники, которые говорят, за что можно любить своего соседа использовали только положительные характеристики.

**Рефлексия:**

– Встречались ли какие-либо сложности при выполнении упражнения?

– Чему учит данное упражнение?

**Итог:** у каждого из нас есть такие качества, которые как способствуют благоприятному общению, так и напротив – препятствуют, но нельзя сказать, что кто-то хороший, а кто-то плохой, просто все мы разные со своими индивидуальными особенностями.

#### ***II. Основная часть***

##### ***Упр. 2. «День – ночь»***

**Цель:** развитие эмоционально волевой сферы.

**Инструкция:** всем участникам группы предлагается разойтись в свободном порядке по помещению.

- Когда сова спит?
- А когда бодрствует?
- Совершенно верно: днем сова спит, а ночью бодрствует.
- Я вам предлагаю сейчас всем представить себя совой: когда я вам скажу ночь – вы бодрствуете, занимаетесь своими делами, ходите в гости, играете; а когда скажу день - вы замираете в том движении, в котором находились в последнее время.

*Рефлексия:*

– Встречались ли какие-то сложности при выполнении упражнения?

– Чему учит данное упражнение?

*Итог:* в жизни, как и в игре, часто случаются такие ситуации, в которых следовало бы промолчать, «замереть», а иногда – рассказать, объяснить, что-то сделать – главное уметь разграничивать: где, когда и что можно, а что нельзя или не рекомендуется.

### **Упр. 3. «Два барана»**

*Цель:* снижение эмоциональной сферы, развитие эмоционально-волевой сферы.

*Инструкция:* «Знаете ли вы такого животного, как баран? Чем он славится? Совершенно верно, он отличается от других своей настойчивостью, это то животное - которое никогда не уступит, даже если так было бы лучше.

Сейчас я предлагаю вам разбиться на пары и представить всем себя баранами, которые не могут что-то поделить. Я вам даю мяч, который вы зажимаете головами, «бодаетесь» с мячом, но ваша задача не уронить его.

*Рефлексия:*

– Встречались ли какие-то затруднения при выполнении упражнения?

– Чему учит данное упражнение?

*Итог:* в игре, как и в жизни, – всему и всегда есть предел, за который заступать не стоит... В какой-то момент мы понимаем: может, хватит соперничать, а стоит пойти друг другу навстречу. Главная ваша задача была – удержать мяч, а для этого, стоило бы, поддерживать друг друга, помогать. Так и в любом деле, если один человек старается выполнять общее дело, а другой не

прилагает к этому никаких усилий – это можно считать провалом...

#### **Упр. 4. «Чемодан»**

*Цель:* снижение эмоциональной сферы, развитие рефлексии.

*Материал:* лист А4, ручка.

*Инструкция:* «Представьте, ребята, что мы с вами уезжаем в долгое путешествие. Нам нужно собрать чемодан, но не простой, а тот, который состоит из качеств, которые нам присущи (например, добрый, отзывчивый, общительный и т.д., желательны все положительные). Сейчас мы выберем первого участника, которого попросим выйти в другую комнату, а мы ему тем временем соберем чемодан (лучше записывать, а по окончании упражнения всем раздать). И так упражнение продолжается, пока всем участникам не дадут характеристики. После того, как всем раздали их чемоданы, приступаем к обсуждению: 1) Присутствуют ли у вас качества, которые у вас в чемодане? (при обсуждении важно, еще раз сказать, что такими вас видят окружающие, и следует постараться, чтобы они видели в нас только положительные стороны).

*Рефлексия:*

– Встречались ли затруднения при выполнении данного упражнения?

– Чему учит данное упражнение?

*Итог:* еще раз возвращаясь к нашим особенностям. У нас нет недостатков – есть свои особенности, которые нас отличают друг от друга. Только представьте, что все были бы моделями, веселыми, активными и что бы тогда было? Безумное соперничество, ненависть, зависть – что привело бы к краху...

### **III. Заключительная часть**

*Рефлексия:*

1. Что помогало и что мешало при выполнении упражнений?
2. Что нового вы узнали на занятии?
3. Где это в жизни может пригодиться?

## Занятие № 8

**Цель:** развитие коммуникативных навыков.

### ***I. Вводная часть***

Ход занятия:

#### **Упр. 1. «Барыня»**

**Цель:** снижение эмоционального напряжения, развитие внимания.

Такие игры на развитие внимания, как «Барыня», имеют двустороннюю направленность: они помогают вырабатывать умение быстро формулировать и задавать психологически сложные вопросы, а также способствуют развитию внимания у того, кому эти вопросы адресованы. Игроки должны отвечать быстро, не тратя много времени на обдумывание. Перед тем, как начать игру, участники договариваются, какие слова, или части речи произносить запрещается. При этом задаваемые вопросы должны быть разными и многочисленными.

**Пример.** Водящий начинает игру словами: «Барыне прислали наряд. В наряде 100 рублей. Что хотите, то купите, «да» и «нет» не говорите, черное и белое не берите». После этого водящий начинает задавать вопросы, стараясь вынудить отвечающего произнести запрещенные правилами слова. «Вы хотите купить белое платье?» – «Я хочу купить красное платье». – «А разве белое не наряднее?» – «Просто красный – мой любимый цвет». – «Это будет вечернее платье?». – «Вечернее». – «Оно будет коротким?». – «Нет, длинным». Такой ответ считается проигрышем, и участник становится водящим.

*Рефлексия:*

- Встречались ли затруднения при выполнении упражнения?
- Чему учит данное упражнение?

### ***II. Основная часть***

#### **Упр. 2. «Испорченный телефон»**

**Цель:** знакомство с приемами общения, развитие базовых коммуникативных умений.

**Инструкция:** Дети встают в цепочку. Психолог встает в конце цепочки. Таким образом, все дети повернуты к нему спиной. Хлопком по плечу он предлагает повернуться к нему лицом стоящему впереди участнику. Затем он жестами показывает ка-



кой-либо предмет (игрушку, воздушный шар, шоколадку, волейбольный мяч и пр.). Первый участник поворачивается лицом ко второму и также хлопком по плечу просит его повернуться и показывает предмет, второй передает третьему, третий – четвертому и т. д. Последний участник показывает предмет.

**Условия:** все делается, молча, используются только жесты, можно лишь попросить повторить, участники не должны поворачиваться до тех пор, пока предыдущий участник не хлопнет их по плечу.

*Рефлексия:*

– Встречались ли какие-то затруднения при выполнении упражнения?

– Чему учит данное упражнение?

*Итог:* часто мы воспринимаем слово «общение – значит говорить», но ведь говорить можно по-разному: есть «язык слов», а есть «язык жестов». Словами можно слухавить, а вот жесты – все скажут за тебя.

### **Упр. 3. «Передай другому»**

*Цель:* знакомство с приемами общения, развитие базовых коммуникативных умений.

*Инструкция:* дети сидят в кругу, и по очереди каждый без слов передает соседу какой-либо воображаемый предмет. Сосед должен «взять» его соответствующим образом и назвать. Затем он предлагает уже другой, свой предмет следующему по кругу. Упражнение повторяется до тех пор, пока все не примут участие. Обсуждение.

*Рефлексия:*

– Что помогало и что мешало при выполнении упражнения?

– Чему учит данное упражнение?

### **Упр. 4. «Что помню»**

*Цель:* развитие коммуникативных навыков.

*Инструкция:* Один из детей (по желанию) садится спиной к аудитории. Остальные вслух загадывают одного из присутствующих. Задача водящего – как можно подробнее описать внешний вид и внутренний мир загаданного. Когда описание будет закончено, члены группы могут дополнить описание своими наблюдениями. После этого кто-либо другой садится спиной к аудитории, загадывается новый человек и процедура

повторяется. Смена водящего происходит еще несколько раз.  
Обсуждение.

*Рефлексия:*

- Встречались ли затруднения при выполнении упражнения?
- Чему учит данное упражнение?

*Итог:* наблюдательность играет важную роль при общении. Иногда случается так, что люди называют друг друга друзьями, а сами не знают что любят, чем увлекается их товарищ. Поэтому, будьте внимательны к окружающим вас людям.

**Упр. 5. «Спина к спине»**

*Цель:* развитие умения слушать и слышать своего собеседника.

*Материал:* кариматы.

*Инструкция:* двое детей (по желанию) садятся на стулья спиной друг к другу. Их задача – вести диалог на какую-либо интересующую их тему в течение 3-5 минут. Остальные дети играют роль молчаливых зрителей.

Обсуждение.

*Рефлексия:*

- Легко ли было вести разговор?
- Что способствовало и что мешало при выполнении упражнения?
- Чему учит данное упражнение?

*Итог:* при разговоре с человеком всегда важно иметь зрительный контакт. Иначе, мы не видим, не чувствуем человека, не понимаем интересна ли ему та информация, которую мы доносим до него. Зрительный контакт – это в первую очередь поддержка для говорящего.

***III. Заключительная часть***

**Рефлексия:**

1. Что помогало и что мешало при выполнении упражнений?
2. Что нового вы узнали на занятии?
3. Где это в жизни может пригодиться?

## Занятие № 9

**Цель:** развитие коммуникативных навыков.

### ***I. Вводная часть***

Ход занятия:

#### **Упр. 1. «Приветствие»**

**Цель:** Выявление значения индивидуального восприятия, определение закономерностей общения, развитие рефлексии.

**Инструкция:** все мы знаем, что существует много наций, у которых есть свои ценности, правила, обычаи, но есть и то, что всех нас объединяет – это приветствовать друг друга при встрече, тем самым желая здоровья и процветания. Сейчас вам предстоит непростая задача: каждому из вас следует поздороваться друг с другом, но не обычным способом. Все мы знаем, что существует много способов приветствия, т.е. – это и пожатие руки, и кивание головы, и различные объятия. Выберите для себя один способ, которым вы будете приветствовать всех участников, желательно не повторяться.

**Рефлексия:**

– Что помогало, что мешало участникам передавать приветствие?

**Итог:** мы очень часто приветствуем друг друга и уже практически не замечаем, сколько положительных эмоций нам приносит одно простое слово, жест или фраза, сказать которые стоит нам больших усилий.

### ***II. Основная часть***

#### **Упр. 2. «Пересказ текста»**

**Цель:** развитие умения выделять смысл из полученной информации и доносить его до своего собеседника.

**Инструкция:** Сейчас я попрошу всех выйти в другую комнату, одного остаться. Кто останется, я ему прочту текст, он его максимально запомнит, а потом передаст одному из вас, затем 2-й передаст 3-му и т.д.

*«Через несколько сотен лет после встречи с Одиссеем циклопы ушли с негостеприимной Земли. нам даже удалось разыскать их жилище в волшебном королевстве Магикс – они поселились в диких землях, по соседству с двухметровыми малышами-троллями. Наверное, нашли-таки родственные души! Со-*

*временные циклопы разводят магических коз и златорунных баранов – только не продают их, как все «культурные люди», а выводят все новые и новые виды и отпускают их пастись на новые территории. Вот такая «дикость».*

*Рефлексия:*

- Встречались ли затруднения при выполнении упражнения?
- Чему учит данное упражнение?

*Итог:* мы часто сталкиваемся с ситуацией, когда нам говорят: «мне сказала Машка, а ей Петька, а он услышал разговор у Витьки с Нинкой и т.д.». В итоге, мы начинаем разъяснять информацию, получается совсем не так, как нам говорили. В таких ситуациях следует спросить у первоисточника: «правильно ли я понимаю, что...». В народе такую информацию называют – сплетни.

### **Упр. 3. «Понимание»**

*Цель:* развитие умений эффективного общения, развитие коммуникативных навыков.

*Инструкция:* Одно из основных умений человека, которого мы называем общительным, заключается в способности читать мысли и чувства другого человека по глазам, по выражению лица, по позе и т. п. В какой степени эти способности развиты у вас? Давайте проверим прямо сейчас. Среди членов группы выберите человека, чье состояние и мысли вы будете угадывать.

Вам дается три минуты на то, чтобы письменно изложить, о чем он думал во время занятия, какие чувства испытывал и т. п.

Затем мы сядем в большой круг, и вы, обращаясь к человеку, состояние которого описали, расскажете ему о нем (о его состоянии и мыслях). Тот, чье состояние описывали, может прокомментировать этот рассказ, т. е. высказать свое мнение. Если рассказанное вами соответствует его действительным мыслям и ощущениям, он может подтвердить правильность ваших наблюдений. Или опровергнуть ваши догадки, указав при этом на допущенные вами ошибки.

*Рефлексия:*

- Что помогало и что мешало при выполнении упражнения?
- Чему учит данное упражнение?

*Итог:* для того, чтобы разговор получился эффективным, нужно учиться понимать и чувствовать другого человека. На-

пример, вы подходите к своему однокласснику для того, чтобы рассказать какие новости в шоу-бизнесе, а у него заболела собака. Как вы думаете, ему будет интересно знать, что нового у звезд?

#### Упр. 4. «Другой акцент»

*Цель:* развитие умений эффективного общения, развитие коммуникативных навыков.

*Материал:* ватман, маркер.

*Инструкция:* Часто в нашей речи мы совершенно не обращаем внимания на то, какие слова мы говорим. Например, после того как вы предложили партнеру принять участие в каком-либо деле, он говорит, что ему не совсем ясно, о чем идет речь. Вы можете отреагировать двумя принципиально разными способами.

Первый из них, который обычно используют некомпетентные в общении люди, выглядит примерно так: «Вы меня не поняли» («Ну какой же вы бестолковый человек!»).

Второй способ реакции на возникшую ситуацию, который используют опытные в общении люди, – это: «Извините, я плохо выразил свою мысль» (читай в скобках: «Я сегодня, действительно, не совсем в форме и готов еще раз повторить свое предложение»).

Вы понимаете, что первым ответом мы перекладываем всю ответственность на партнера и тем самым ставим его в неловкое положение. Эти слова как бы подчеркивают, что он некомпетентен, плохо разбирается в вопросе, который обсуждается, и т. д. Ваш партнер может сделать и другие мрачные выводы.

Второй вариант ответа снимает с вашего партнера значительную долю ответственности. Такими словами вы принимаете все на себя и показываете свою готовность продолжить разговор, несмотря на то, что с первого раза не все получилось так, как вы хотели.

Какая тактика более эффективна?

Я думаю, что выводы вы сделаете сами.

Давайте сегодня потренируемся в использовании именно второй тактики ведения разговора. Для этого мы сначала соберем несколько примеров высказываний первого типа, при котором вся вина перекладывается на партнера.

Желательно, чтобы это были примеры из вашей личной практики, которые вы часто слышите при общении со своими друзьями, знакомыми и другими людьми. После этого мы все вместе перенесем акцент в ответе на себя, т. е. перделаем ответы во второй вариант, который более эффективен при ведении диалога.

*Рефлексия:*

– Встречались ли какие-то затруднения при выполнении данного упражнения?

– Чему учит данное упражнение?

*Итог:* при общении с человеком – как и что ты будешь говорить, складывается определенное мнение, исходя от которого с тобой и будут разговаривать. Если посчитают, что вы не уважительны, эффективного разговора никогда не получится.

### ***III. Заключительная часть***

***Рефлексия:***

1. Что помогало и что мешало при выполнении упражнений?

2. Что нового вы узнали на занятии?

3. Где это в жизни может пригодиться?

## **Занятие № 10**

**Цель:** развитие межличностного общения.

### ***I. Вводная часть***

Ход занятия:

#### ***Упр.1. «Руки вверх»***

*Цель:* снижение эмоционального напряжения, создание благоприятной атмосферы в коллективе.

*Материал:* монетка.

*Инструкция:* игроки разбиваются на две команды и садятся за стол напротив друг друга. Одна команда получает монетку. Участники должны быстро передавать её под столом.

Внезапно ведущий из другой команды говорит: «Руки вверх!». Участники тут же поднимают руки вверх, причём руки у всех сжаты в кулаки. «Руки вниз!» – командует ведущий, и игроки кладут руки на стол ладонями вниз. Тот, у кого в этот момент находится монетка, старается незаметно прикрыть её ладонью. Противники совещаются, у кого монетка. Если отгада-

ли, то монетка переходит к ним. Не угадали – игру продолжает та же команда.

*Рефлексия:*

- Встречались ли затруднения при выполнении упражнения?
- На что вы обращали внимание, когда пытались распознать, у кого монетка?
- Чему учит данное упражнение?

*Итог:* не всегда при общении с людьми мы можем полностью понять человека, какой он, что вообще из себя представляет. Часто нам приходится обращать внимание не только на слова, но и на жесты, мимику и взгляд. Сейчас каждый из вас попытался определить, кто от вас что-то скрывает (в данном случае - это монетка) и вы, по каким-то внешним признакам пытались распознать виновника.

## **II. Основная часть**

### **Упр. 2. «Начало беседы»**

*Цель:* обучение навыку «как начать беседу».

*Инструкция:* «Каждому из вас приходится использовать этот навык хотя бы раз в день. Давайте подумаем, как много ситуаций мы можем решить с помощью этого навыка и в школе, и на улице. Правильное начало разговора поможет вам в его конце добиться того, чего вы хотите, и расстаться с собеседником так, что вы оба останетесь довольны». Шаги упражнения:

Поздоровайся с собеседником (часто для этого следует выбрать правильное место и время).

Поговори о чем-нибудь нейтральном или интересном для собеседника, чтобы втянуть его в разговор.

Реши, слушает ли он тебя (смотрит он на тебя или в сторону, кивает ли головой, говорит ли «м-м, да-да»).

Перейди к главной теме.

Самым трудным для подростков является выполнение 2-го и 3-го шага. Зачастую, поздоровавшись, они сразу переходят к главной теме, забывая сказать одну или несколько вводных фраз, чтобы установить контакт, и не обращают внимания на то, слушают ли их.

Примеры ситуаций: договориться о том, чтобы помыть машину за определенную плату; отпроситься у родителей на дис-

котеку; познакомиться с новым человеком; договориться с учителем и пропустить урок.

*Рефлексия:*

- Встречались ли затруднения при выполнении упражнения?
- Чему учит данное упражнение?

*Итог:* когда мы общаемся, нам хочется, чтобы нас слушали, понимали. А как выстроить модель разговора, мы часто не задумываемся. Естественно, если мы подойдем к человеку и сразу начнем рассказывать самую суть разговора, то он ничего не поймет, поскольку собеседник был не готов услышать то, что мы ему говорим, и винить его в этом не стоит, ведь он просто не успел включиться в ту информацию, которую мы до него доносим.

### **Упр. 3. «Критика»**

*Цель:* обучение навыку принятия критики.

*Материал:* ватман, маркер.

*Инструкция:* человек, не умеющий принимать критику, похож на человека с длинными пальцами на ногах, на которые легко наступить. Шаги упражнения:

Пойми, что тебе говорят, и оставайся спокойным.

Попроси разъяснения – «Что вы имеете в виду?» При этом желательно повторить фразу, по поводу которой требуются разъяснения.

Отметь реакцию партнера.

Скажи, с чем ты согласен, а с чем – нет и почему. При этом чувствовать себя надо свободно.

«Услышав критику в свой адрес, нелегко остаться спокойным и попросить разъяснений. Приходится признать, что в каждой критике есть доля правды, здоровое зерно. Надо принять какую-то часть слов о себе. Критика всегда связана с каким-то разочарованием в нас. Важно признать факт своего несовершенства. «Да, я не могу быть идеальным. Если я признаю, что я не идеал, то этим разрешаю себе совершать ошибки и позволяю другим людям видеть себя несовершенным. Я могу не нравиться кому-то, и, если я принимаю это, мне удастся правильно понять критику. С чем-то из сказанного я соглашаюсь, а с чем-то – нет».

*Примеры ситуаций:* учитель ругает тебя за грязь в тетради; друг называет тебя жадным.



*Рефлексия:*

- Что помогало и что мешало при выполнении упражнения?
- Чему учит данное упражнение?

*Итог:* когда нам говорят какие-то замечания, нас этим не хотят обидеть, оскорбить, унижить, говорят – для того, чтобы впоследствии мы не совершали таких ошибок.

#### **Упр. 4. «Как сказать «нет»**

*Цель:* обучение навыку отказа.

*Инструкция:* для подростков овладение этим навыком имеет большое значение, так как им сложно бывает отказать другому, особенно если этот человек настойчив. Подросткам часто бывает трудно определить, в каких случаях следует отказывать или соглашаться.

«Бывают ситуации, в которых сказать «да» значит сделать хуже себе, а сказать «нет» – сделать хуже другим. Если мы говорим «нет», то чувствуем себя виноватыми и одинокими. Однако отказ не означает разрыв отношений с человеком. Для того чтобы не оттолкнуть другого, надо проявить сочувствие, сопереживание, «послушать сердце» этого человека. Другими словами, «нет» надо говорить, учитывая чувства другого человека и при этом знать свои цели. Например: «Я вижу, вы очень расстроены, но у меня сейчас нет времени на это дело».

Способность сказать «нет» повышает вашу оценку в глазах других людей. Эта способность так же важна, как и способность сказать «да».

Труднее всего отказывать близким людям, которые о нас заботятся, например родителям, которые не только заботятся о своих детях, но и отвечают за их жизнь и здоровье, а также предъявляют к ним требования, которые надо выполнять».

#### **Шаги упражнения:**

1. Выслушай просьбу спокойно, доброжелательно.
2. Если что-то неясно, попроси разъяснения – так же, как и в случае критического замечания.
3. Оставайся спокойным и скажи «нет». Коротко объясни, почему ты отказываешь.
4. Если собеседник настаивает, повтори «нет» без объяснений. «Если вы отказали, человек может попытаться манипулировать вами, вызвать чувство вины. Важно не реагировать на

манипуляции и оставаться внутренне сосредоточенным на главном содержании просьбы и причине вашего отказа. Лучший способ отказать настойчивому собеседнику – повторять «нет» в ответ на его попытки продолжить разговор».

*Примеры ситуаций:* друг просит тебя подежурить за него; уличный торговец пытается продать тебе ненужную вещь.

Далее приводится основное содержание упражнений для отработки наиболее значимых для подростков навыков (шаги, комментарии, примеры моделируемых ситуаций).

*Рефлексия:*

– Что помогало, а что мешало при выполнении упражнения?

– Чему учит данное упражнение?

*Итог:* у каждого рано или поздно случаются такие ситуации, которые требуют отказа: предлагают наркотики, алкоголь и т.д. Важно учиться правильно отказывать: чтобы это было четко, но не грубо; ясно, но не давало повода, что ты сомневаешься.

### ***III. Заключительная часть***

***Рефлексия:***

1. Что помогало и что мешало при выполнении упражнений?
2. Что нового вы узнали на занятии?
3. Где это в жизни может пригодиться?

## **Занятие № 11**

**Цель:** развитие межличностного общения.

### ***I. Вводная часть***

Ход занятия:

#### ***Упр.1. «Найди друга»***

*Цель:* снижение эмоционального напряжения, создание благоприятной атмосферы в коллективе.

*Материал:* повязка на глаза.

*Инструкция:* участников делят на две группы. Одной группе завязывают глаза, дают возможность походить по помещению, затем предлагают найти и узнать друга. Узнать можно с помощью рук, ощупывая волосы, одежду, руки. Когда друг найден, тогда игроки меняются ролями.

*Рефлексия:*

– Что помогало, а что мешало при выполнении упражнения?

– Чему учит данное упражнение?

*Итог:* очень важно быть внимательным по отношению к другим, особенно, если это близкие и дорогие тебе люди, и от того, насколько вы внимательны зависит и их отношение к вам, ведь важно чувствовать друг друга.

## ***II. Основная часть***

### **Упр. 2. «Ведение переговоров»**

*Цель:* обучение навыку защиты своего мнения, убеждения, преодоления давления.

*Инструкция:*

Реши, действительно ли вы с собеседником расходитесь во мнениях.

Изложи собственную позицию и подчеркни уважение к чужому мнению.

Спроси собеседника, что он думает о проблеме.

Внимательно выслушай его ответ.

Подумай, что в его мнении является позитивным.

Предложи компромисс, учитывающий мнение и чувства обеих сторон.

*Примеры ситуаций:* решить, какой фильм смотреть по телевизору; договориться с соседкой, которая просит посидеть с ее ребенком, о вознаграждении за работу.

*Рефлексия:*

– Встречались ли затруднения при выполнении упражнения?

– Чему учит данное упражнение?

*Итог:* нам не редко приходится вести переговоры, как с товарищами, так и с малознакомыми людьми, имеющими вышестоящий социальный статус. Вопрос о том, как правильно вести переговоры с людьми, которые в зависимости от своего положения в обществе не всегда могут принять и понять тех, кто, например, ниже статусом, поэтому важно уметь быть убедительным и правильно преподнести информацию.

### **Упр. 3. «Отстаивание своего мнения»**

*Цель:* обучение навыку отстаивания своего мнения, убеждения, преодоления давления.

*Инструкция:*

Подумай, что случилось, из-за чего ты почувствовал себя недовольным. Ты чувствуешь моральное давление, тебя не замечают, с тобой плохо обращаются, дразнят?

Подумай о способах, которыми ты можешь отстаивать свои права, и выбери лучший.

Выбери правильное время и место. Выскажи свое мнение, избегая давать оценки.

Выслушай ответное мнение.

Последовательно отстаивай свое мнение разумным способом.

*Примеры ситуаций:* обратиться к учителю с требованием отменить несправедливое наказание; убедить родителей, что твоя прическа – это твое личное дело; попросить сестру прекратить пользоваться твоей косметикой.

*Рефлексия:*

- Встречались ли затруднения при выполнении упражнения?
- Чему учит данное упражнение?

*Итог:* для того, чтобы добиться своего, нам часто приходится кого-то убеждать, доказывать свою правоту и право на существование своего мнения, иначе нас не понимают и начинают что-то запрещать, поэтому важно уметь правильно отстаивать свою точку зрения и противостоять давлению.

#### **Упр. 4. «Массаж по кругу»**

*Цель:* стимулирование поведенческих изменений.

*Инструкция:*

Все участники стоят друг за другом, ладони лежат на плечах стоящего впереди. Каждый ребенок начинает осторожно массировать плечи и спину впереди стоящего. Через две минуты все поворачиваются на 180 градусов и массируют плечи и спину партнеру, стоящему с другой стороны.

*Рефлексия:*

- Встречались ли затруднения при выполнении упражнения?
- Чему учит данное упражнение?

### ***III. Заключительная часть***

***Рефлексия:***

1. Что помогало и что мешало при выполнении упражнений?
2. Что нового вы узнали на занятии?
3. Где это в жизни может пригодиться?

## Занятие № 12

**Цель:** развитие межличностного общения и коммуникативных навыков.

### ***I. Вводная часть***

Ход занятия:

#### **Упр.1. «Толкалки без слов»**

**Цель:** обучение поиску альтернативных вариантов поведения в конфликте.

**Инструкция:**

Участники свободно двигаются по комнате, касаются друг друга, толкаются, постукивают, щипаются, но никто не разговаривает. Затем делятся своими впечатлениями от игры и сообщают, трудно ли было все это проделывать молча.

**Рефлексия:**

- Было ли ощущение напряжения и раздражения?
- Мог ли между некоторыми из играющих вспыхнуть конфликт?
- Что помогло избежать конфликта?

**Итоги:** нередко в жизни нам приходится многое терпеть, различные неприятные ситуации, порой сложно сдерживать эмоции, но важно уметь себя контролировать.

### ***II. Основная часть***

#### **Упр. 2. «Преодоление обвинения»**

**Цель:** обучение навыку преодоления обвинения.

**Инструкция:**

Разберись, в чем тебя обвиняет собеседник. Является это обвинение справедливым или нет? Ты действительно нарушил его права, испортил имущество и т. п. или он говорит на основании сплетен или ошибки?

Было ли обвинение высказано конструктивным способом или неконструктивным?

Подумай, как можно ответить на обвинение. Выбери наилучший способ:

- отрицать свою вину и привести аргументы, доказывающие ошибку собеседника;
- исправить его понимание проблемы;
- объяснить свое поведение;

признать свою ошибку, извиниться, предложить возместить ущерб.

*Примеры ситуаций:* сосед обвиняет тебя в том, что ты разбил стекло; друг обвиняет тебя во лжи; родители ругают тебя за плохую отметку.

*Рефлексия:*

- Встречались ли затруднения при выполнении упражнения?
- Чему учит данное упражнение?

*Итог:* бывают ситуации, когда мы за что-то получаем обвинение и неположительные отзывы в свой адрес, поэтому важно уметь правильно реагировать на подобные ситуации, даже если это незаслуженно.

### **Упр.3. «Выражение благодарности»**

*Цель:* обучение навыку выражения благодарности.

*Инструкция:*

За что ты хочешь поблагодарить другого человека (за комплимент, помощь, подарок)?

Подумай, как именно ты хочешь выразить свою признательность (словами, подарком, ответным подарком).

Выбери правильное время и место, чтобы выразить свою благодарность (ответить на комплимент лучше сразу, а ответный подарок часто приходится откладывать до ближайшего праздника или дня рождения).

Вырази свою благодарность. Скажи собеседнику, почему ты благодаришь его (особенно в том случае, если выражение благодарности не сразу следует за поступком другого человека).

*Примеры ситуаций:* приятель сказал тебе, что сегодня ты особенно хорошенькая; отец дал тебе добрый совет.

*Рефлексия:*

- Встречались ли затруднения при выполнении упражнения?
- Чему учит данное упражнение?

*Итог:* всем приятно получать комплименты, но не всегда легко подобрать правильные слова, чтобы выразить благодарность за это человеку, чтобы он понял, насколько ценны для тебя его слова.

#### **Упр.4. «Я рад общаться с тобой»**

*Цель:* формирование навыков доброжелательного отношения друг к другу.

*Инструкция:*

Ведущий предлагает одному из участников протянуть руку кому-нибудь из ребят со словами: «Я рад общаться с тобой». Тот, кому протянули руку, берет за нее и протягивает свободную руку другому, произнося эти же слова. Так постепенно, по цепочке, все берутся за руки, образуя круг.

*Рефлексия:*

- Встречались ли затруднения при выполнении упражнения?
- Чему учит данное упражнение?

### **III. Заключительная часть**

**Рефлексия:**

1. Что помогало и что мешало при выполнении упражнений?
2. Что нового вы узнали на занятии?
3. Где это в жизни может пригодиться?

## **Занятие № 13**

**Цель:** развитие коммуникативных навыков, проигрывание негативных эмоций, знакомство с новыми способами поведения в конфликтных ситуациях.

### **Занятия по сказкотерапии.**

**Цель:** Отреагирование отрицательных эмоций.

#### **I. Вводная часть**

Ход занятия:

#### **Упр. 1. «Рисуем настроение»**

*Цель:* снижение эмоционального напряжения.

*Материал:* лист А4, ручка, Фломастеры, цветные карандаши.

*Инструкция:* каждому участнику предлагается представить свое настроение в виде определенного цвета. Затем следует пояснить, почему выбран данный тон.

#### **II. Основная часть**

#### **Упр. 2. «Своя история»**

*Цель:* развитие творческих способностей, отреагирование отрицательных эмоций.

*Материал:* лист А4, ручка, фломастеры, цветные карандаши, цветная бумага, клей, кукольный театр.

*Инструкция:*

1. Всем участникам предлагается придумать свою историю (или сказку) с интересным сюжетом на тему «Мы против насилия».
2. Четко прописать все роли.
3. Распределить участников по ролям.
4. Разработка пальчиковых кукол которые участники будут дарить гостям (каждый своего героя).
5. Проигрывание написанной ситуации или сказки по ролям.



## Программа

Автор-составитель О.Ю. Зорина

### **Тема: «Оптимизация детско-родительских отношений в рамках профилактики жестокого обращения с детьми»**

Значимость детско-родительских отношений в жизни человека трудно переоценить. Являясь первичной системой социальных отношений, взаимосвязь родителя и ребёнка призвана обеспечить формирование важнейших структур самосознания, развитие социально-психологических качеств и раскрытие внутреннего потенциала растущего человека. Качество детско-родительских отношений зависит от многих факторов и оказывает значительное влияние не только на психическое развитие ребёнка, но и на его установки и поведение на стадии взрослости. В целом, современные детско-родительские отношения отличаются сложностью и общей тенденцией на уровне социума к пренебрежению родительскими обязанностями, что сохраняет актуальность исследования проблемы взаимоотношений взрослых и детей в семье.

Содержание понятия «детско-родительские отношения» в психолого-педагогической литературе однозначно не определено. Во-первых, оно представляется как подструктура семейных отношений, включающая в себя взаимосвязанные, но неравнозначные отношения: родителей к ребёнку – родительское (материнское и отцовское) отношение; и отношение ребёнка к родителям. Во-вторых, эти отношения понимают как взаимоотношение, взаимовлияние, активное взаимодействие родителя и ребёнка, в котором ярко проявляются социально-психологические закономерности межличностных отношений (Н.И. Буянов, А.Я. Варга, А.И. Захаров, О.А. Карабанова, А.Г. Лидерс, И.М. Марковская, М.В. Полевая, А.С. Спиваковская, Т.В. Якимова и др.). В зарубежной психологии специфика детско-родительских отношений традиционно исследуется в рамках психоаналитического (З. Фрейд, Э. Эриксон, Э. Фромм, Д. Винникот, Э. Берн и др.), бихевиористского (Дж. Уотсон, Б. Скиннер, Р. Сирс, А.

Бандура и др.) и гуманистического (Т. Гордон, К. Роджерс, Дж. Байард, В. Сатир и др.) направлений.

Недостаточная разработанность понятий, отсутствие ясного понимания и четкой формулировки приводят к терминологическим разночтениям. Тем не менее, ясно, что детско-родительские отношения – один из видов человеческих отношений. Но эти отношения отличаются от всех других видов межличностных отношений и, в этом смысле, они достаточно специфичны. Е.О. Смирнова, раскрывая специфику детско-родительских отношений, считает, что, во-первых, они характеризуются сильной эмоциональной значимостью как для ребенка, так и для родителя. Во-вторых, имеет место амбивалентность в отношениях родителя и ребенка. Эта двойственность выражается, например, в том, с одной стороны, родитель должен позаботиться о ребенке, а с другой – научить его заботиться о себе самому.

#### **Типы детско-родительских отношений**

Детская психология выделяет 3 основных типа отношений родителей и их детей:

##### ***Тип излишней вовлечённости***

Неумеренная родительская любовь, чрезмерные опека и участие в делах и жизни ребёнка и, даже, проникновение в его внутренний мир. Родители стремятся реализовать не только все потребности ребёнка, но и предугадать и исполнить его желания, часто ещё не оформившиеся. Они прощают ребёнку всё, думают и делают вместо него. Ребенок растет несамостоятельным и инфантильным, понятия «можно – нельзя», «хорошо – плохо» ему не понятны. Гиперопека фиксирует существующие у ребенка трудности развития и может породить проблемы у психически и физически здорового ребенка. Возведя вокруг своего ребёнка стену из любви, заботы и помощи, такие родители тормозят процесс понимания и развитие многих навыков, а также не происходит усвоение им норм поведения в обществе.

##### ***Тип излишней отстраненности***

Этот тип отношений характеризуют: пренебрежение к ребёнку, нежелание считаться с его особенностями и полное отсутствие внимания к нему, что, естественно, оказывает вредное влияние и на развитие личности ребенка. Ребенка либо жестко

контролируют, либо наоборот, не обращают на него внимания. Природные качества не подкрепляются или подавляются. Не получая возможности проявиться и развиваться, эти качества могут приобрести отрицательную направленность: упорство перейдет в упрямство, живость и активность в неустойчивость, неспешность и осторожность в пассивность. Ребенок, лишенный сильных и недвусмысленных доказательств родительской любви, воспитывающийся в условиях эмоционального отвержения, имеет мало возможностей для формирования самоуважения, теплых и дружественных отношений с другими людьми и устойчивого положительного образа «Я».

### ***Оптимальный тип детско-родительских отношений***

Для него характерно полное взаимное доверие между родителем и ребенком, возможность диалога в любых жизненных затруднениях. При этом условия положительные качества ребенка усиливаются, а отрицательные преодолеваются или приобретают более допустимые формы. В отношениях присутствует открытое личностное общение между родителем и ребенком, цель которого – полное раскрытие и развитие индивидуальных особенностей, как ребенка, так и взрослого. В этом случае личность ребенка (в плане его самооценки и представлений о самом себе) развивается нормально, а процесс воспитания ребенка родителем облегчается.

Потребность в родительской любви не только самая сильная из всех человеческих потребностей, но и самая длительная. Пройдут увлечения, отзвучат некогда потрясавшие нашу жизнь страсти, минут многие привязанности, но любовь к родителям и необходимость ответной любви остается с нами до конца наших дней.

Таким образом, считаю, что данная работа актуальна и значима, поскольку семья является главным институтом социализации ребенка, где в отношениях со взрослыми происходит формирование личности.

### **Адресная направленность**

Развивающая программа направлена на работу с детьми школьного возраста и их родителей.

**Цель программы:** создание условий для развития детско-родительских отношений.

### **Задачи:**

- Развивать отношения партнёрства и сотрудничества «родитель-ребенок»;
- Обучить навыкам общения и способам взаимодействия в системе «родитель – ребенок»;
- Формировать родительскую компетентность;
- Устранять дезадаптивные формы поведения у детей и родителей и обучать адекватным способам реагирования в конфликтных ситуациях.

### **Принципы**

1. Принцип единства коррекции и диагностики;
2. Деятельностный принцип коррекции;
3. Принцип учета возрастно-психологических и индивидуальных особенностей клиента;
4. Принцип комплексности методов психологического воздействия;
5. Принцип учета объема и степени разнообразия материала.

### **Методы и приемы**

Наглядные, словесные, практические: куклотерапия, сказкотерапия, придумывание истории, разыгрывание.

### **Ожидаемые результаты**

- Установление и развитие отношений партнерства и сотрудничества «родитель-ребенок»;
- Обучение навыкам общения и способам взаимодействия в системе «родитель-ребенок»;
- Становление родительской компетентности;
- Устранение дезадаптивных форм поведения у детей и родителей и обучение адекватным способам реагирования в конфликтных ситуациях.

## **Тематический план**

<b>Цель занятия, кол-во часов</b>	<b>Тема занятия</b>	<b>Задачи занятия</b>	<b>Примечание</b>
1. Снижение уровня эмоционального	<b>I. Вводная часть:</b> Упр. 1 «Картина настроения».	– снижение эмоционального напряжения;	цветная бумага, ножницы, карандаш, клей,

напряжения, развитие чувства безопасности (1 час)	<p><b>II. Основная часть:</b> Упр. 2. «Дорога препятствий» Упр.3. «Яйцо» Упр. 4. «Групповая картина»</p> <p><b>III. Заключительная часть:</b> Рефлексия</p>	<p>– актуализация положительных взаимоотношений в паре, – активизация эмоционально-телесных связей, чувства безопасности и доверия</p>	Лист А4 10 шт., гуашь, релаксационная музыка
2. Развитие безопасности, доверия в системе «родитель-ребенок» (1 час)	<p><b>I. Вводная часть:</b> Упр. 1. «Картина настроения».</p> <p><b>II. Основная часть:</b> Упр. 2. «Зеркало». Упр. 3. «Счастливая семейка». Упр. 4. Аппликация «Зимняя сказка».</p>	<p>– снижение уровня эмоционального напряжения,  – развитие навыка восприятия другого человека без оценочно,</p>	цветная бумага, ножницы, карандаш, клей, Лист А4 10 шт., гуашь, релаксационная музыка
	<p><b>III. Заключительная часть:</b> 4. Рефлексия</p>	<p>– развитие эмпатии, чувство близости в диаде «родитель-ребенок»</p>	
3. Развитие чувства безопасности и доверия между родителем и ребенком (1 час)	<p><b>I. Вводная часть:</b> Упр. 1 «Картина настроения».</p> <p><b>II. Основная часть:</b> Упр. 2. «Да и нет», Упр. 3. «Эффективное взаимодействие». Упр. 4. «Кляксы».</p> <p><b>III. Заключительная часть:</b> 5. Рефлексия</p>	<p>– снижение эмоционально напряжения, – отреагирование негативных эмоций, – расширение поведенческого репертуара в поведенческих ситуациях, – развитие чувства безопасности и доверия</p>	цветная бумага, ножницы, карандаш, клей, Лист А4 10 шт., гуашь, релаксационная музыка

<p>4. Актуализация опыта взаимоотношений в системе «Родитель-ребенок». (1 час)</p>	<p><b>I. Вводная часть:</b> Упр. 1. «Путаница». <b>II. Основная часть:</b> Упр. 2. Ролевая игра «Ситуации». Упр. 3. «Ведение переговоров». Упр. 4. «Отстаивание своего мнения». Упр. 5. «Самоуважение». <b>III. Заключительная часть:</b> 6. Рефлексия</p>	<p>– снижение уровня эмоционального напряжения, - – актуализация детско-родительских отношений, – обучение навыку ведения переговоров</p>	<p>цветная бумага, ножницы, карандаш, клей, Лист А4 10 шт., гуашь, релаксационная музыка</p>
<p>5. Актуализация опыта взаимоотношений в системе «Родитель-ребенок» (1 час)</p>	<p><b>I. Вводная часть:</b> Упр. 1. «Картина настроения». <b>II. Основная часть:</b> Упр. 2. «Слепой и поводырь». Упр. 3. «Нехочухи». Упр. 4. «Неваляшка». Упр. 5. «Беседа одним карандашом». <b>III. Заключительная часть:</b> 5. Рефлексия</p>	<p>– снижение уровня эмоционального напряжения, – актуализация опыта межличностного взаимодействия между родителями и детьми – знакомство с приемлимыми техниками отреагирования негативных эмоций, гнева</p>	<p>цветная бумага, ножницы, карандаш, клей, Лист А4 10 шт., гуашь, релаксационная музыка</p>
<p>6. развитие навыков межличностного общения (1 час)</p>	<p><b>I. Вводная часть:</b> Упр. 1. «Картина настроения». <b>II. Основная часть:</b> Упр. 2. «Толкалки без слов»,</p>	<p>– снижение уровня эмоционально напряжения, – отреагирование негативных эмоций, обуче-</p>	<p>цветная бумага, ножницы, карандаш, клей, Лист А4 10 шт., гуашь, релаксационная музыка</p>

	<p>Упр. 3. «Снежный бой».</p> <p>Упр. 4. «Преодоление обвинения».</p> <p><b>III. Заключительная часть:</b></p> <p>5. Рефлексия</p>	<p>ние поиску альтернативных вариантов поведения в конфликте</p> <p>– обучение навыку преодоления обвинения</p>	
<p>7. Развитие навыков межличностного общения (1 час)</p>	<p><b>I. Вводная часть:</b></p> <p>Упр. 1. «Картина настроения».</p> <p><b>II. Основная часть:</b></p> <p>Упр. 2. «Мир волшебства»</p> <p>Упр. 3. «Мои воспоминания»</p> <p>Упр. 4. «Шарик»</p> <p><b>III. Заключительная часть:</b></p> <p>Рефлексия</p>	<p>– снижение эмоционального напряжения;</p> <p>– отреагирование негативных эмоций (страха, напряжения), знакомство с новыми приемами общения в конфликтных ситуациях</p>	<p>цветная бумага, ножницы, карандаш, клей, Лист А4 10 шт., гуашь, релаксационная музыка</p>
<p>8. Развитие доверия, толерантности, рефлексии (1 час)</p>	<p><b>I. Вводная часть:</b></p> <p>Упр. 1. «Картина настроения».</p> <p><b>II. Основная часть:</b></p> <p>Упр. 2. «Корабль среди скал».</p> <p>Упр. 3. «Комплименты».</p> <p>Упр. 4. Притча</p> <p><b>III. Заключительная часть:</b></p> <p>5. Рефлексия</p>	<p>– снижение уровня эмоционального напряжения,</p> <p>– развитие коммуникативных навыков, толерантности, доверия,</p> <p>– осознание собственных чувств и эмоций, развитие рефлексии</p>	<p>цветная бумага, ножницы, карандаш, клей, лист А4 10 шт., гуашь, релаксационная музыка</p>
<p>9. Развитие чувства безопасности, толерантности, рефлексии. (1 час)</p>	<p><b>I. Вводная часть:</b></p> <p>Упр. 1. «Картина настроения».</p> <p><b>II. Основная часть:</b></p> <p>Упр. 2. «Сиам-</p>	<p>– снижение эмоционально напряжения,</p> <p>– развитие рефлексии, навыков конструк-</p>	<p>цветная бумага, ножницы, карандаш, клей, Лист А4 10 шт., гуашь, релаксационная</p>

	ские близнецы», Упр. 3. «Мое по- ведение». Упр. 4. «Пойми меня». <b>III. Заклю- чительная часть:</b> 5. Рефлексия	тивного обще- ния, – развитие уме- ние слушать, понимать гово- рящего, разви- вать грамот- ность в форму- лировании соб- ственных вы- сказываний	музыка
10. Развитие безопасности, толерантно- сти, рефлексии (1 час)	<b>I. Вводная часть:</b> Упр. 1. «Картина настроения». <b>II. Основная часть:</b> Упр. 2. «Иностран- ец». Упр. 3. «Шоко- ладка». Упр. 4. «Солнышко». <b>III. Заклю- чительная часть:</b> 5. Рефлексия	– снижение уровня эмоцио- нального на- пряжения, – развитие на- вычков межлич- ностного взаи- модействия, рефлексии, – развитие уме- ния убеждать собеседника в своих желаниях	цветная бумага, ножницы, карандаш, клей, Лист А4 10 шт., гуашь, релаксационная музыка
11. Развитие безопасности, толерантно- сти, рефлексии (1 час)	<b>I. Вводная часть:</b> Упр. 1. «Картина настроения». <b>II. Основная часть:</b> Упр. 2. «Идеаль- ный родитель», «Идеальный ре- бенок». Упр. 3. «Наш дом, наша семья». <b>III. Заклю- чительная часть:</b> 4. Рефлексия	– снижение уровня эмоцио- нального на- пряжения, – актуализация опыта межлич- ностного взаи- модействия ме- жду родителями и детьми – знакомство с приемлемыми техниками от- реагирования негативных эмоций, гнева	цветная бумага, ножницы, карандаш, клей, Лист А4 10 шт., гуашь, релаксационная музыка



<p>12. Развитие безопасности, толерантности, рефлексии. (1 час)</p>	<p><b>I. Вводная часть:</b> Упр. 1. «Картина настроения».</p> <p><b>II. Основная часть:</b> Упр. 2. «В картинной галерее», Упр. 3. «Последняя встреча». Упр. 4. «Фамильный герб».</p> <p><b>III. Заключительная часть:</b> 5. Рефлексия</p>	<p>– снижение уровня эмоционально напряжения, – коррекция образа родительства, – осознание личностно значимого, достижение атмосферы доверия и сплоченности</p>	<p>цветная бумага, ножницы, карандаш, клей, Лист А4 10 шт., гуашь, релаксационная музыка</p>
---	---	---	--

## Содержание программы

### Занятие 1

***Цель:** снижение уровня эмоционального напряжения, развитие чувства безопасности в системе «родитель – ребенок».*

Необходимые материалы: цветная бумага, ножницы, карандаш, клей, лист А4 10 шт., гуашь, релаксационная музыка.

**Ход занятия:**

Приветствие

**Упр. 1. «Картина настроения» (ритуал занятия)**

***Цель:** снижение уровня эмоционального напряжения, настрой на дальнейшую работу.*

***Инструкция:** я предлагаю вам выполнить цветы из бумаги, тон которых должен соответствовать вашему настроению, затем, на итоговом занятии, мы все эти цветы соберем в общую картину. Данная картина станет символом нашей работы.*

***Обсуждение***

– С каким цветом у вас ассоциация своего настроения?

**Упр. 2. «Дорога препятствий»**

***Цель:** актуализация положительных взаимоотношений в паре.*

***Инструкция:** сейчас я предлагаю вам пройти сложный путь, «дорогу препятствий». Представьте, что вы находитесь посреди*

моря, (родитель и ребенок находятся на противоположных сторонах), при этом вы можете встретиться друг с другом, но для этого следует приложить усилия. Перед вами «острова» (листы А4 расположенные в шахматном порядке), которые вам помогут достичь основной цели. Для того, чтобы попасть на остров, необходимо назвать положительное качество родителя (ребенка), которым вы больше всего восхищаетесь.

*Обсуждение*

- Какими качествами вас наделили, со всеми согласны?
- Что вы чувствовали во время выполнения упражнения?

**Упр. 3. «Яйцо»**

*Цель:* активизация эмоционально-телесных связей, чувства безопасности и доверия.

*Инструкция:* мама играет роль скорлупы, а ребенок - цыпленка. Ребенок садится на ковер, поджимает колени к груди и обхватывает их, голова прижата к коленям. Мама садится сзади, обхватывает ребенка руками и ногами.

Звучит релаксационная музыка.

Психолог: «Цепленку хорошо и уютно в своем домике. Скорлупа защищает его, согревает, дает ему все необходимое. Цыпленок пошевелился, покрутил головкой – нет, еще не пришло время. Так хорошо сидеть тихонько в скорлупе, тепло... Но вот солнышко стало пригревать сильнее, цыпленочку становится жарко, тесновато... Он поводит плечиками, стараясь освободиться... Скорлупа не пускает – ей тоже очень приятно, когда внутри ее цыпленок. Она крепко держит, но цыпленок не сдаётся, он все активнее шевелится, пробует носиком пробить скорлупу, освободиться. Вот уже головка показалась, вот и плечики освободились. Скорлупа уже не сопротивляется – она понимает, что пришло время отпустить своего цыпленочка. Еще чуть-чуть... И вот цыпленок на свободе! Он расправил свои пока еще маленькие крылышки, потянулся и, довольный, устроился в своем гнездышке».

*Обсуждение*

- Что вы чувствовали во время выполнения упражнения?
- Встречались ли затруднения, дискомфорт при выполнении?

#### **Упр. 4. «Групповая картина»**

*Цель:* развитие навыков конструктивного общения.

*Инструкция:* сейчас вам предлагается нарисовать вашу семью в самый счастливый день. Сначала идет обсуждение, затем создание совместной картины.

*Обсуждение*

– Какая атмосфера, какое настроение были в этот счастливый день?

– Что вы чувствовали во время выполнения упражнения?

– Что необходимо сделать, чтобы такие дни были чаще?

**Заключительная часть**

#### **Рефлексия занятия**

– Что вы чувствовали на протяжении всего занятия?

– Что приняли для себя важного?

### **Занятие 2**

*Цель:* развитие безопасности и доверия в системе «родитель – ребенок».

Необходимые материалы: цветная бумага, ножницы, карандаш, клей, клубок, газеты, лист А4.

**Ход занятия:**

Приветствие

#### **Упр. 1. «Картина настроения» (ритуал занятия)**

*Цель:* снижение уровня эмоционального напряжения, настрой на дальнейшую работу.

*Инструкция:* я предлагаю вам выполнить цветы из бумаги, тон которых должен соответствовать вашему настроению, затем, на итоговом занятии, мы все эти цветы соберем в общую картину. Данная картина станет символом нашей работы.

*Обсуждение*

– С каким цветом у вас ассоциация своего настроения?

#### **Упр. 2. «Зеркало»**

*Цель:* развитие навыка восприятия другого человека безоценочно.

*Инструкция:* упражнение выполняется в парах. Участники договариваются, кто «зеркало», а кто человек. Человек смотрит в зеркало и выполняет какие-то действия. Зеркало повторяет. Затем роли меняются. Повторить 2 раза.

*Обсуждение*

- Какую роль было легче играть, а какую труднее, почему?
- Что вы чувствовали при выполнении?

### **Упр. 3. «Счастливая семейка»**

*Цель:* развитие эмпатии, чувство близости в диаде «родитель-ребенок».

*Инструкция:* сейчас родителю и ребенку предлагается вспомнить положительные качества друг друга. При этом, называя качество, необходимо сделать несколько витков нити себе на палец и передать клубок другому и т.д.

Все люди, как вы сейчас, как-то связаны между собой, а иногда и зависят друг от друга. Но в то же время каждый из вас - индивидуальность. Сейчас, сматывая клубочек, вы расскажите нам, о себе, что бы вы хотели изменить в себе, что готовы для этого сделать? Начиная со слов: «я согласна, что мне сказали, что я..., но я иногда..., готов (а) для этого сделать...»

*Обсуждение*

- Что вы чувствовали при выполнении упражнения?
- Что вы посчитали важным для себя из обсуждений, при выполнении упражнения?

### **Упр. 4. Аппликация «Зимняя сказка»**

*Цель:* развитие способности конструктивного взаимодействия.

*Инструкция:* участникам предлагается создать на листе бумаги «Зимнюю сказку» («Снежную картину») из обрывков газет и любого другого художественного материала по выбору. Далее придумать название и рассказать о содержании своей картины.

Обратите внимание, мы часто и не задумываемся, что на первый взгляд «никому не нужные вещи» можно превратить в такую восхитительную работу, но для этого нужно приложить много усилий. Так и в жизни, для того, чтобы получить хороший результат: позитивное общение, понимание, доверие, поддержка и т.д., необходимо много работать.

*Обсуждение*

– Что вы чувствовали при выполнении упражнения?

### **Заключительная часть**

#### **Рефлексия занятия**

– Что вы чувствовали на протяжении всего занятия?

– Что узнали для себя важного, что переосмыслили?

### **Занятие 3**

*Цель: развитие чувства безопасности и доверия между родителем и ребенком .*

Необходимые материалы: цветная бумага, ножницы, карандаш, клей, лист А4, гуашь пальчиковая, релаксационная музыка.

#### **Ход занятия:**

Приветствие

#### **Упр. 1. «Картина настроения» (ритуал занятия)**

*Цель:* снижение уровня эмоционального напряжения, настрой на дальнейшую работу.

*Инструкция:* я предлагаю вам выполнить цветы из бумаги, тон которых должен соответствовать вашему настроению, затем, на итоговом занятии, мы все эти цветы соберем в общую картину. Данная картина станет символом нашей работы.

*Обсуждение*

– С каким цветом у вас ассоциация своего настроения?

#### **Упр. 2. «Да и нет»**

*Цель:* отреагирование негативных эмоций.

*Инструкция:* участники стоят в парах лицом друг к другу.

Психолог: «Сейчас вы проведете воображаемый бой словами. Кто-то из вас будет говорить слово «да», а кто-то «нет». Начинать нужно тихо, постепенно увеличивая громкость до тех пор, пока один из вас не решит, что громче уже некуда. Затем вы можете поменяться ролями. По сигналу упражнение останавливается. В заключение сделайте несколько глубоких вдохов.

Обратите внимание на то, как приятно быть в тишине после такого шума. В спорных ситуациях ничего криком не разре-

шить, для решения главного вопроса, необходимо не только слушать своего собеседника, но и слышать, о чем он говорит».

*Обсуждение*

– Что вы чувствовали во время выполнения упражнения?

– Каких правил необходимо придерживаться, по вашему мнению, чтобы не происходило данных ситуаций?

### **Упр. 3. «Эффективное взаимодействие»**

*Цель:* расширение поведенческого репертуара в поведенческих ситуациях.

*Инструкция:* каждый участник выбирает себе какой-либо предмет или игрушку. Сначала один держит в руках данный предмет. Задача второго – уговорить партнера отдать ему этот предмет. Первый участник может отдать ему этот предмет только тогда, когда захочет. Затем участники меняются ролями. Следующий шаг – упражнение выполняется упражнение выполняется с использованием только невербальных средств общения.

*Обсуждение*

– Что вы чувствовали во время выполнения упражнения?

– Когда было легче просить предмет?

– Какие слова или действия побудили вас расстаться с предметом?

### **Упр. 4. «Кляксы»**

*Цель:* развитие чувства безопасности и доверия между родителями и детьми.

*Инструкция:* участникам предлагается, используя краски (пальчиковые) закрасить пространство круга. Но не сразу весь круг, а поочередно, выполняя только одно движение. Звучит релаксационная музыка.

*Обсуждение*

– Что вы чувствовали во время выполнения упражнения?

– Какие краски вы использовали и что они для вас значат?

– На что, по вашему мнению, похоже получившееся изображение?

**Заключительная часть**

### **Рефлексия занятия**

– Что вы чувствовали на протяжении всего занятия?

– Что узнали для себя важного, что переосмыслили?

## Занятие 4

**Цель:** актуализация опыта взаимоотношений в системе «Родитель-ребенок».

Необходимые материалы: цветная бумага, ножницы, карандаш, клей, лист А4, гуашь пальчиковая, релаксационная музыка.

**Ход занятия:**

Приветствие

### *Упр. 1. «Картина настроения» (ритуал занятия)*

*Цель:* снижение уровня эмоционального напряжения, настрой на дальнейшую работу.

*Инструкция:* я предлагаю вам выполнить цветы из бумаги, тон которых должен соответствовать вашему настроению, затем, на итоговом занятии, мы все эти цветы соберем в общую картину. Данная картина станет символом нашей работы.

*Обсуждение*

– С каким цветом у вас ассоциация своего настроения?

### *Упр. 2. Ролевая игра «Ситуации»*

*Цель:* актуализация опыта детско-родительских отношений.

*Инструкция:* сейчас вам предлагается поменяться ролями: родитель будет выступать в роли детей, ребенок – изображать родителей. Вы получите карточки, на которых написаны ситуации, которые можно проиграть, придерживаясь своей новой роли.

**Ситуации:**

1. «Ребёнок начал капризничать, плакать по каждому пустяку. Когда мама (папа) вернулась (лся) домой с работы, ребенок стал ходить за ней (ним) не давая заняться домашними делами, канючить, просить что-то непонятное, отказываться от еды. Мама (папа) быстро нашла выход из сложившейся ситуации...»
2. «Ребёнок вернулся из школы домой. У него в классе были неприятности – произошёл конфликт со сверстником, переросший в драку. Дома с ним произошёл следующий разговор...»

3. «Сегодня праздничный день, все нарядные и весёлые. Приходит в гости шумная, говорливая, подвижная, веселая семья Сидоровых. Взрослые занимаются убранством праздничного стола. Дети играют, танцуют, бегают, кричат, борются, возятся без присмотра взрослых. В суете один ребенок опрокидывает салат оливье с курицей. Папа ребёнка – сердито замечает, что не ожидала от ребёнка испорченного праздника. Спасает положение мудрая мама, она говорит...»

*Обсуждение*

- Что происходило, что вы думаете об этом?
- Это похоже на то, как бывает в вашей семье?
- Как вы чувствовали себя в непривычной для вас роли?

**Упр. 3. «Ведение переговоров»**

*Цель:* обучение навыку ведения переговоров (в том числе в конфликтных ситуациях).

*Инструкция:*

Реши, действительно ли вы с собеседником расходитесь во мнениях.

Изложи собственную позицию и подчеркни уважение к чужому мнению.

Спроси собеседника, что он думает о проблеме.

Внимательно выслушай его ответ.

Подумай, что в его мнении является позитивным.

Предложи компромисс, учитывающий мнение и чувства обеих сторон.

*Примеры ситуаций:* решить, какой фильм смотреть по телевизору; договориться с мамой о вознаграждении за выполнение определенной работы; распределить обязанности по хозяйству и др.

*Рефлексия:*

- Встречались ли затруднения при выполнении упражнения?
- Чему учит данное упражнение?

*Итог:* нам не редко приходится вести переговоры, как с товарищами, так и с малознакомыми людьми, имеющими вышестоящий социальный статус. Вопрос о том, как правильно вести переговоры с людьми, которые в зависимости от своего положения в обществе не всегда могут принять и понять тех, кто,



например, ниже статусом, поэтому важно уметь быть убедительным и правильно преподнести информацию.

#### **Упр. 4. «Отстаивание своего мнения»**

*Цель:* обучение навыку отстаивания своего мнения, убеждения, преодоления давления.

*Инструкция:*

Подумай, что случилось, из-за чего ты почувствовал себя недовольным. Ты чувствуешь моральное давление, тебя не замечают, с тобой плохо обращаются, дразнят?

Подумай о способах, которыми ты можешь отстоять свои права, и выбери лучший.

Выбери правильное время и место. Выскажи свое мнение, избегая давать оценки.

Выслушай ответное мнение.

Последовательно отстаивай свое мнение разумным способом.

*Примеры ситуаций:* обратиться к учителю с требованием отменить несправедливое наказание; убедить родителей, что твоя прическа – это твое личное дело; попросить сестру прекратить пользоваться твоей косметикой.

*Рефлексия:*

- Встречались ли затруднения при выполнении упражнения?
- Чему учит данное упражнение?

*Итог:* для того, чтобы добиться своего, нам часто приходится кого-то убеждать, доказывать свою правоту и право на существование своего мнения, иначе нас не понимают и начинают что-то запрещать, поэтому важно уметь правильно отстаивать свою точку зрения и противостоять давлению.

#### **Упр. 5. «Самоуважение»**

*Цель:* стимулирование поведенческих изменений.

*Инструкция:* можете ли вы мне сказать, каким образом вы замечаете, что кто-то считает вас хорошими? Как вам показывает это ваша мама, ваш папа, ваш муж, ваша жена, ваш сын, ваша дочь?

Сядьте поудобнее и закройте глаза. Вдохните три раза глубоко... теперь отправьтесь мысленно в то место. Которое считаете самым замечательным. Осмотрите его как следует. Что вы

там видите? Что слышите? Как там пахнет? Что хотите там потрогать? (15 секунд).

Скоро вы увидите двух человек, которые вас ценят и уважают, которые радуются, когда вы с ними рядом, которые знают, какими вы можете быть внимательными к людям и какими добрыми...

Посмотрите вокруг, и вы увидите, как эти люди подходят к вам, чтобы показать, что они считают вас хорошими... (15 секунд).

Послушайте, что они скажут...

Поговорите с человеком, который к вам пришёл. Спросите его, не расскажет ли он о том, как он к вам относится...(15 секунд).

Теперь попрощайтесь с людьми, которые приходили к вам, и подготовьтесь к тому, чтобы снова вернуться сюда бодрым и оживленным. Потянитесь и откройте глаза...

*Рефлексия:*

– Вы можете рассказать нам о том, что пережили, кто к вам приходил?

– Смогли ли вы поблагодарить его за то, что он так относится к вам?

### ***Заключительная часть***

***Рефлексия:***

1. Что помогало и что мешало при выполнении упражнений?
2. Что нового вы узнали на занятии?
3. Где это в жизни может пригодиться?

## **Занятие 5**

**Цель:** актуализация опыта взаимоотношений в системе «Родитель-ребенок».

Необходимые материалы: цветная бумага, ножницы, карандаш, клей, лист А4, гуашь пальчиковая, релаксационная музыка.

**Ход занятия:**

Приветствие

***Упр. 1. «Картина настроения» (ритуал занятия)***

*Цель:* снижение уровня эмоционального напряжения, настрой на дальнейшую работу.

*Инструкция:* я предлагаю вам выполнить цветы из бумаги, тон которых должен соответствовать вашему настроению, затем, на итоговом занятии, мы все эти цветы соберем в общую картину. Данная картина станет символом нашей работы.

*Обсуждение*

– С каким цветом у вас ассоциация своего настроения?

### ***Упр. 3. «Слепой и поводырь»***

*Цель:* актуализация опыта межличностного взаимодействия между родителями и детьми.

*Инструкция:* участвуют «родитель-ребенок». Одному из участников по желанию завязывают глаза - он «слепой», а второй будет его водящим.

Как только зазвучит музыка, «поводырь» бережно поведет «слепого» давая его потрогать различные вещи - большие и маленькие, гладкие, шероховатые, колючие и холодные. Можно также подвести «слепого» к месту, где предметы издают запахи. При этом можно говорить, давать пояснения. Затем, участники меняются парами.

*Обсуждение*

– Что вы чувствовали во время выполнения упражнения?

– Встречались ли затруднения, дискомфорт?

### ***Упр. 3. «Нехочухи»***

*Цель:* знакомство с приемлемыми техниками отреагирования негативных эмоций, гнева.

*Инструкция:* «Большинство из нас умеют быть послушными людьми, исполнительными. Сегодня мы немножко поучимся быть непослушными, а точнее – говорить “нет” разными частями своего тела. Упражнение будем выполнять вместе, в первый раз я покажу вам сама. Начнём с головы. Сказать “нет” головой – значит интенсивно помотать головой в разные стороны, постепенно увеличивая скорость, как будто хотим сказать “нет, нет, нет”. А теперь попробуем повторить “нет” рукам, помашем перед собой сначала правой рукой, потом левой рукой, а затем обеими вместе, как будто хотим отказать, оттолкнуться. Дальше перейдём к ногам. Взбрыкните сначала правой ногой, потом левой ногой,

потом поочерёдно. Старайтесь вкладывать силу в каждое движение. Можно присоединить и голос. Попробуйте на каждое движение выкрикивать “нет” всё громче и громче».

*Обсуждение*

- Что вы чувствовали во время выполнения?
- Встречались ли затруднения, что помогало при выполнении упражнения?

#### **Упр. 4. «Неваляшка»**

*Цель:* развитие чувства безопасности, доверия.

*Инструкция:* необходимое количество участников трое, желательно, родители и ребёнок. Двое встают на расстоянии метра лицом друг к другу. Ноги стоят устойчиво, делается упор на одну. Руки выставлены вперёд. Между ними стоит третий участник с закрытыми или завязанными глазами. Ему даётся команда: «Ноги от пола не отрывай и смело падай назад!». Выставленные руки подхватывают падающего и направляют падение вперёд, там, где ребёнок встречает снова выставленные руки. Подобное покачивание продолжается в течение 2–3 минут, при этом амплитуда раскачивания может увеличиться.

Предупреждение: дети с сильными страхами и робостью могут выполнять упражнение с открытыми глазами, амплитуда раскачивания может быть сначала минимальной.

*Обсуждение*

- Что вы чувствовали во время выполнения упражнения?
- Встречались ли затруднения, что помогало при выполнении упражнения?

#### **Упр. 5. «Беседа одним карандашом»**

*Цель:* эмоциональное сближение родителей и детей.

*Инструкция:* родители делятся на пары, выбирают карандаш один на двоих по обоюдному согласию, берут лист бумаги, садятся отдельно и по знаку ведущего рисуют общий рисунок, взявшись за карандаш правыми руками. Затем необходимо подписать этот рисунок, выбрав вместе название.

*Обсуждение*

- Что вы чувствовали во время выполнения упражнения?
- Встречались ли затруднения, что помогало при выполнении упражнения?

## **Заключительная часть**

### **Рефлексия:**

1. Что помогало и что мешало при выполнении упражнений?
2. Что нового вы узнали на занятии?
3. Где это в жизни может пригодиться?

## **Занятие 6**

**Цель:** развитие навыков межличностного общения.

Необходимые материалы: цветная бумага, ножницы, карандаш, клей, лист А4, гуашь пальчиковая, релаксационная музыка.

### **Ход занятия:**

Приветствие

#### **Упр. 1. «Картина настроения» (ритуал занятия)**

**Цель:** снижение уровня эмоционального напряжения, настрой на дальнейшую работу.

**Инструкция:** я предлагаю вам выполнить цветы из бумаги, тон которых должен соответствовать вашему настроению, затем, на итоговом занятии, мы все эти цветы соберем в общую картину. Данная картина станет символом нашей работы.

**Обсуждение**

- С каким цветом у вас ассоциация своего настроения?

#### **Упр. 2. «Толкалки без слов»**

**Цель:** отреагирование негативных эмоций.

**Инструкция:** Участники свободно двигаются по комнате, касаются друг друга, толкаются, постукивают, щипаются, но никто не разговаривает. Затем делятся своими впечатлениями от игры и сообщают, трудно ли было все это проделывать молча.

**Обсуждение**

- Было ли ощущение напряжения и раздражения?
- Мог ли между некоторыми из играющих вспыхнуть конфликт?
- Что помогло избежать конфликта?

**Итоги:** нередко в жизни нам приходится многое терпеть, различные неприятные ситуации, порой сложно сдерживать эмоции, но важно уметь себя контролировать.

### **Упр. 3. «Снежный бой»**

*Цель:* отреагирование негативных эмоций, обучение поиску альтернативных вариантов поведения в конфликте.

*Инструкция:* участникам предлагается газета, которую необходимо порвать на мелкие кусочки («снег») в течение 1 минуты.

Вы – снеговички и живете в своих домиках. Вот однажды что-то произошло, и снеговички поссорились. А так как их никто не учил, как надо ссориться, они устроили настоящий снежный бой. Предлагаю и вам последовать их примеру. Кто-то из вас стоит в «домике», а кто-то за его пределами. Задача каждого – засыпать «снегом» (который мы только с вами изготовили) соперника, не оставив на своей территории ни «снежинки».

Игра продолжается 2 минуты под веселую музыку и заканчивается по сигналу ведущего. Победит тот, на чьей территории меньше «снега».

#### *Обсуждение*

- Какие чувства вы испытывали в ходе упражнения?
- Можно ли было избежать «боя», а как вы поступаете в конфликтных ситуациях?
- Как вы считаете, чему учит данное упражнение?

### **Упр. 4. «Преодоление обвинения».**

*Цель:* обучение навыку преодоления обвинения.

*Инструкция:*

1. Разберись, в чем тебя обвиняет собеседник. Является это обвинение справедливым или нет? Ты действительно нарушил его права, испортил имущество и т. п. или он говорит на основании сплетен или ошибки?
2. Было ли обвинение высказано конструктивным способом или неконструктивным?
3. Подумай, как можно ответить на обвинение. Выбери наилучший способ:
  - 1) отрицать свою вину и привести аргументы, доказывающие ошибку собеседника;
  - 2) исправить его понимание проблемы;
  - 3) объяснить свое поведение;

- 4) признать свою ошибку, извиниться, предложить возместить ущерб.

Примеры ситуаций: сосед обвиняет тебя в том, что ты разбил стекло; друг обвиняет тебя во лжи; родители ругают тебя за плохую отметку.

*Рефлексия:*

- Встречались ли затруднения при выполнении упражнения?
- Чему учит данное упражнение?

*Итог:* бывают ситуации, когда мы за что-то получаем обвинение и неположительные отзывы в свой адрес, поэтому важно уметь правильно реагировать на подобные ситуации, даже если это незаслуженно.

### **Заключительная часть**

*Рефлексия:*

1. Что помогало и что мешало при выполнении упражнений?
2. Что нового вы узнали на занятии?
3. Где это в жизни может пригодиться?

## **Занятие 7**

**Цель:** развитие навыков межличностного общения.

Необходимые материалы: цветная бумага, ножницы, карандаш, клей, лист А4, гуашь пальчиковая, релаксационная музыка.

**Ход занятия:**

Приветствие

### **1. Упр. «Картина настроения» (ритуал занятия)**

*Цель:* снижение уровня эмоционального напряжения, настрой на дальнейшую работу.

*Инструкция:* я предлагаю вам выполнить цветы из бумаги, тон которых должен соответствовать вашему настроению, затем, на итоговом занятии, мы все эти цветы соберем в общую картину. Данная картина станет символом нашей работы.

*Обсуждение*

- С каким цветом у вас ассоциация своего настроения?

### **2. Упр. «Мир волшебства»**

*Цель:* развитие навыков групповой работы, конструктивного взаимодействия.

*Инструкция:* участникам предлагается лист А4 и пальчиковая гуашь. Лист следует сложить пополам, на второй половине ставить кляксы разных цветов и форм. Затем соединяем листы вместе и разворачивая, необходимо определить - на что походит кляксы (для этого можно дорисовать отдельные части или предметы).

*Обсуждение*

– Какие цвета вы использовали, с чем они у вас ассоциируются?

– Кто был инициатором картины, придумал ее название?

– Встречались ли затруднения при выполнении, что помогло?

### **Упр. 3 «Мои воспоминания»**

*Цель:* отреагирование негативных эмоций (страха, напряжения), знакомство с новыми приемами общения в конфликтных ситуациях.

*Материал:* кегли, футбольный мяч

*Инструкция:* необходимо расставить кегли в форме «змейки» на отдаленном друг от друга расстоянии. Ребенку предлагается вспомнить конфликтную ситуацию, о которой часто он вспоминает, от которой остались неприятные впечатления, которая вызывает у него страх, раздражение или возмущение. Родители в это время занимают позицию наблюдателя, а в конце упражнения должны сказать своему ребенку, за что они его так сильно любят, приводя конкретные примеры. Далее ребенку предлагается взять мяч и, проговаривая каждый шаг, вспомнить данную ситуацию, что привело к конфликту. Ребенок проговаривает и параллельно сбивает мячом кегли. Когда все кегли на полу, следует вернуться к началу пути и совместно с педагогом разобрать каждую фразу, которая способствовала возникновению недопонимания, а затем и привело к конфликту. Эти фразы необходимо заменить другими, которые располагают к конструктивному общению и исключают при общении негативный характер (при этом поднимая кегли). Когда все фразы заменены на другие, а кегли восстановлены, ребенок получает письмо, в котором другие ребята рассказывают про его добрые дела.



Обсуждение:

– Что вы чувствуете?

*Итог:* данное упражнение наглядно показывает, что нет безвыходных ситуаций, и если нельзя изменить саму ситуацию, нужно изменить свое отношение к ней. Когда мы что-то разрушаем, в первую очередь, мы себе доставляем неудобство в виде раздражения, возмущения. А если мы находим более благоприятный выход из сложившейся ситуации, то мы себе доставляем удовольствие в виде положительных эмоций.

**Упр. 4. «Шарик»**

*Цель:* снижение уровня эмоционального напряжения.

*Инструкция:* предлагается все разорванные кусочки бумаги вложить в воздушный шар, после чего надуть его. Когда шар готов, следует представить, что все обиды, недопонимания, огорчения материализовались на бумаге, которая находится внутри шара. Затем следует этот шар лопнуть, а бумагу сжечь.

**Заключительная часть**

**5. Рефлексия:**

- Что помогало и что мешало при выполнении упражнений?
- Что нового вы узнали на занятии?
- Где это в жизни может пригодиться?
- Какого цвета у вас настроение?

## Занятие 8

*Цель:* развитие доверия, толерантности, рефлексии.

Необходимые материалы: цветная бумага, ножницы, карандаш, клей, лист А4, гуашь пальчиковая, кегли, карматы, стулья, повязка на глаза, музыка моря.

**Ход занятия:**

Приветствие

**Упр. 1. «Картина настроения» (ритуал занятия)**

*Цель:* снижение уровня эмоционального напряжения, настрой на дальнейшую работу.

*Инструкция:* я предлагаю вам выполнить цветы из бумаги, тон которых должен соответствовать вашему настроению, за-

тем, на итоговом занятии, мы все эти цветы соберем в общую картину. Данная картина станет символом нашей работы.

*Обсуждение*

– С каким цветом у вас ассоциация своего настроения?

### **Упр. 2. «Корабль среди скал»**

*Цель:* развитие коммуникативных навыков, толерантности, доверия.

*Инструкция:* в середине круга находится море. Но это очень опасное море, потому что в нем есть скалистые утесы. Эти «утесы» заменят нам кегли. Один из вас будет кораблем, а кто-то другой – капитаном корабля. Любой из вас сейчас может сказать: «я хочу быть кораблем и встать в центр круга, который станет гаванью».

«Корабль» сам находит себе капитана, задача которого так провести корабль среди скал, чтобы он ни разу не налетел на них. Капитан ведет «корабль», держа его осторожно за руку и отдавая команды. Например: «Сделай два маленьких шага вперед, а теперь повернись влево. Стоп! Сделай один шаг направо. Стоп!» и т.п.

Количество скал может быть произвольным (выбирают сами дети), главное, чтобы задание было выполнимым.

Нам осталось еще выяснить, к какому берегу отправится корабль. Любой из ребят, образующих «берег», может сказать: «Пусть корабль плывет ко мне. Тогда другие «берега» сядутся и становятся «скалами».

Когда «корабль» подойдет к конечной точке своего маршрута, «берег» должен сказать кораблю: «ты достиг своей цели» и радостно заключить корабль в объятия «Скалы» аплодируют «кораблю», несмотря на то, что дети любят эту игру, не стоит «отправлять в плавание» больше 2-3 детей, иначе они могут устать.

*Обсуждение:*

– Чувствовал ли «корабль» себя в безопасности со своим «капитаном»?

– Что было самым сложным при выполнении упражнения?

### **Упр.3. «Комплименты»**

*Цель:* осознание собственных чувств и эмоций, развитие рефлексии.

*Инструкция:* сейчас вам предлагается сесть друг напротив друга и устроить бой словами, но необычными, а комплиментами (обязательно только положительными и лучше, чтобы это было без ярко выраженной лести).

*Обсуждение:*

– Какие эмоции испытывали те, кто говорил комплименты и те, кто их получал?

– Сложно ли было понять себя и проговорить свои ощущения вслух?

Итак, действительно сложно вербализовать свои ощущения и точно их передать словами свои эмоции и чувства.

### ***Притча***

В одном монастыре жили два брата. Один был очень умен, а второй был глуп и одноглаз. В этом монастыре было правило: принимать путников на ночь только в том случае, если путник выиграет спор.

И вот однажды вечером к ним постучался странствующий монах. Старший брат был очень занят и отправил младшего брата, сказав ему: «Сядь напротив странника и молчи...».

Младший брат ушел.

Прошло время, вдруг к старшему брату вошел странствующий монах и, поклонившись, сказал:

– Я преклоняюсь перед великой мудростью вашего брата и вынужден уйти.

– Хорошо, – удивленно ответил старший брат. – Но как прошла ваша беседа?

– Мы сели напротив друг друга и долго молчали. Потом я показал вашему брату один палец, имея ввиду, что Будда великий учитель. На что ваш брат показал два пальца, имея ввиду, что велик Будда и его учение. Тогда я показал вашему брату три пальца, имея ввиду, что велик Будда, его учение и мир, который нас окружает. И тогда ваш мудрый брат превзошел меня – он показал мне кулак, имея ввиду, что все едино, – и монах ушел.

Через некоторое время пришел младший брат очень сердитый и младший брат его спросил:

– Почему ты сердит?

– Как ты и сказал, я сел и долго молчал. Потом он мне показал палец, имея ввиду, что у меня один глаз. Тогда я, как гостеприимный хозяин, показал ему два пальца, имея ввиду, что у него два глаза. Но он продолжил дразнить меня и показал три пальца, имея ввиду, что на двоих у нас три глаза. И тогда я показал ему кулак, предупреждая его о том, что если он будет продолжать в том же духе, то я с ним буду драться.

*Рефлексия:*

– О чем гласит данная притча?

Вывод: собственные комплексы нам мешают объективно воспринимать действительность, что в деятельности мешает найти «общий язык» людям.

### **III. Заключительная часть**

*Рефлексия:*

- Что помогало и что мешало при выполнении упражнений?
- Что нового вы узнали на занятии?
- Где это в жизни может пригодиться?
- Какого цвета у вас настроение?

## **Занятие 9**

**Цель:** развитие чувства безопасности, толерантности, рефлексии.

Необходимые материалы: цветная бумага, ножницы, карандаш, клей, лист А4, гуашь пальчиковая, кегли, кариматы, стулья, повязка на глаза, музыка моря.

**Ход занятия:**

Приветствие

**Упр. 1. «Картина настроения»** (ритуал занятия)

*Цель:* снижение уровня эмоционального напряжения, настрой на дальнейшую работу.

*Инструкция:* я предлагаю вам выполнить цветы из бумаги, тон которых должен соответствовать вашему настроению, затем, на итоговом занятии, мы все эти цветы соберем в общую картину. Данная картина станет символом нашей работы.

*Обсуждение*

– С каким цветом у вас ассоциация своего настроения?

### **Упр. 2. «Сиамские близнецы»**

*Цель:* развитие рефлексии, навыков конструктивного общения.

*Материал:* кегли, кариматы.

*Инструкция:* перед началом выполнения задания необходимо создать дорожку с препятствиями. Участники тренинга распределяются по парам. Задание заключается в том, чтобы сделать как можно больше шагов в положении, при котором два участника изображают сиамских близнецов. Для этого оба участника, выбравшие друг друга, встают рядом, плечо к плечу, расставив ноги на ширину плеч так, чтобы стопой одной ноги соприкоснуться со стопой партнера (иногда по желанию участников тренинга, для удобства перемещения, ноги перевязываются шарфом). Эти две «внутренние» для пары ноги объявляются «сросшимися» на время игры. Затем участники, поддерживая друг друга и следя за тем, чтобы их «внутренняя общая нога» не распалась, должны прошагать как можно больше.

*Рефлексия:*

- В чем основная трудность в выполнении задания?
- С кем было сложнее, а с кем легче выполнять задание?
- Что мешало, и что помогало в выполнении задания?

*Вывод:*

Суть обсуждения сводится к рассказам о способах, которые использовал тот или иной участник для достижения цели. Если группа пошла на то, чтобы открыто выделить участника, с которым было легче найти взаимопонимание, то полезно дать возможность быть услышанным сначала самому «неудобному», затем самому «удобному» для большинства участников партнеру, а уж после – всем желающим.

### **Упр. 3. «Мое поведение»**

*Цель:* умение анализировать собственное поведение, умение работать в группе, развитие рефлексии.

*Инструкция:* каждый участник по очереди называет свои положительные и отрицательные качества, которые либо помогают при общении, либо мешают. Затем то же самое, только с фразами.

Все качества записываем на доске, затем выбираем из них наиболее повторяющиеся и вписываем их в группы. Создаем 2 группы:

- 1) качества, которые помогают при общении;
- 2) качества, которые мешают при общении.

*Обсуждение:*

- Что вы чувствовали во время выполнения упражнения?
- Встречались ли затруднения, что способствовало успешному выполнению упражнения?

#### ***Упр. 4. «Пойми меня»***

*Цель:* развитие умение слушать, понимать говорящего, развивать грамотность в формулировании собственных высказываний – основы конструктивного общения.

*Материал:* пластмассовые продукты питания, лист А4, ручка.

*Инструкция:* участники тренинга делятся на пары, садятся друг к другу спиной и объясняют собеседнику, как можно точнее, показанные собеседником продукты питания, не говоря их названия, второй только выполняет (воспроизводит) услышанное от первого участника на чистом листе бумаги.

Анализ полученных работ происходит по принципу, у кого из пары максимально точно удалось воспроизвести предложенный рисунок по описанию, услышанному от первого участника.

*Обсуждение:*

- Что чувствовал слушающий участник? Что чувствовал говорящий участник?
- Что помогало и что мешало процессу общения?
- Сложно ли было общаться, когда не видишь глаз собеседника?

#### ***Заключительная часть***

*Рефлексия:*

- Что помогало и что мешало при выполнении упражнений?
- Что нового вы узнали на занятии?
- Где это в жизни может пригодиться?

## Занятие 10

**Цель:** развитие безопасности, толерантности, рефлексии.

Необходимые материалы: цветная бумага, ножницы, клей, лист А4, гуашь пальчиковая, карточки с указанием пословиц.

**Ход занятия:**

Приветствие

### **Упр. 1. «Картина настроения»** (ритуал занятия)

**Цель:** снижение уровня эмоционального напряжения, настрой на дальнейшую работу.

**Инструкция:** я предлагаю вам выполнить цветы из бумаги, тон которых должен соответствовать вашему настроению, затем, на итоговом занятии, мы все эти цветы соберем в общую картину. Данная картина станет символом нашей работы.

**Обсуждение**

– С каким цветом у вас ассоциация своего настроения?

### **Упр. 2. «Иностранец»**

**Цель:** развитие навыков межличностного взаимодействия, рефлексии.

**Материал:** карточки с указанием пословиц.

**Инструкция:** представьте себя в роли иностранцев, которые не очень хорошо знают русский язык и поэтому не в состоянии понять индикаторный смысл высказываний. Все слова, фразы вы понимаете буквально, например, услышав: «Не вешай нос», представляете себе подвешенного за нос человека и думаете, что это средневековый способ казни.

**Перечень возможных пословиц:**

– «Себе на уме», «дитя не плачет – мать не разумеет», «комар носа не подточит», «метать бисер перед свиньями», «прошел огонь, воду и медные трубы», «сумел дитя родить, сумей и научить», «яйца курицу не учат», «у семи нянек – дитя без глазу», «зимой снега не выпросишь».

**Обсуждение:**

– Какие возникли трудности при выполнении?

– Чему учит данное упражнение?

### **Упр. 3. «Шоколадка»**

*Цель:* развитие умения убеждать собеседника в своих желаниях.

*Инструкция:* ведущий выбирает в группе самого справедливого участника и предлагает ему побыть в качестве «судьи». Судье выдается шоколадка, которую он должен отдать кому-нибудь из присутствующих на занятии по выбору, но не просто так. Остальные участники должны постараться убедить «судью», что именно ему необходимо отдать всю шоколадку.

*Обсуждение:*

- Какие были трудности при выполнении упражнения?
- Чем руководствовались при принятии решения «как добиться шоколадки» (чем пытались «сломить» судью)?
- Чему учит данное упражнение?

### **Упр. 4. «Солнышко»**

*Цель:* развитие толерантности, снижение эмоционального напряжения.

*Инструкция:* каждый участник на листе бумаги сверху пишет свое имя, затем рисует солнышко карандашом. «Солнышко» пускается по кругу участников тренинга. На каждом лучике участникам предлагается написать какое-либо качество определенного участника (автора «солнышка»), которое ему помогает в общении.

*Обсуждение:*

- Что нового вы узнали о себе и других участников на тренинге?
- Соответствует ли это вашему восприятию себя?

### **Заключительная часть**

### **Рефлексия:**

- Что помогало и что мешало при выполнении упражнений?
- Что нового вы узнали на занятии?
- Где это в жизни может пригодиться?

## **Занятие 11**

**Цель:** развитие безопасности, толерантности, рефлексии.



Необходимые материалы: цветная бумага, ножницы, клей, лист А4, гуашь пальчиковая, карточки с указанием пословиц.

**Ход занятия:**

Приветствие

**Упр. 1. «Картина настроения» (ритуал занятия)**

*Цель:* снижение уровня эмоционального напряжения, настрой на дальнейшую работу.

*Инструкция:* я предлагаю вам выполнить цветы из бумаги, тон которых должен соответствовать вашему настроению, затем, на итоговом занятии, мы все эти цветы соберем в общую картину. Данная картина станет символом нашей работы.

*Обсуждение*

– С каким цветом у вас ассоциация своего настроения?

**Упр. 2. «Идеальный родитель», «Идеальный ребенок»**

*Цель:* обучение навыкам сотрудничества, развитие толерантности.

*Материал:* куклы, посуда, кровать, одежда и ходунки для куклы, гладильная доска, пластмассовые продукты питания.

*Инструкция:* родителям и ребенку предлагается «поменяться» ролями. Каждому предлагается по кукле (младенец и взрослый) выдается набор, который включает в себя: посуду, одежду, кровать и ходунки для куклы, пластмассовые продукты питания. Далее каждому, исходя из «своей роли» следует показать «Идеального родителя» и «Идеального ребенка», наделяя своего героя качествами, которые он считает необходимыми для данной роли.

*Обсуждение:*

– Что вы чувствовали во время выполнения упражнения?

*Итог:* для того, чтобы лучше понять человека, нужно почувствовать себя «на его месте». Иногда мы не понимаем, почему произошла та или иная ситуация, при этом, сразу «рубим сгоряча», даже не попробовав понять: «А ПОЧЕМУ ЧЕЛОВЕК ТАК ПОСТУПИЛ?»

**Упр. 3. «Наш дом», «Наша семья»**

*Цель:* обучение навыкам сотрудничества.

*Инструкция:*

Родители и дети должны совместно нарисовать на собственном чистом листе «Идеальный дом», в котором хотели бы жить, принять общие требования к «идеальному дому». Далее обсуждение.

*Обсуждение:*

- Что вы чувствовали во время выполнения упражнения?
- Встречались ли затруднения при создании рисуночного образа «Идеального дома»?
- Всех устраивает итоговая модель?

**Заключительная часть**

**Рефлексия:**

- Что помогало и что мешало при выполнении упражнений?
- Что нового вы узнали на занятии?
- Где это в жизни может пригодиться?

## Занятие 12

**Цель:** развитие безопасности, толерантности, рефлексии.

Необходимые материалы: цветная бумага, ножницы, клей, лист А4, гуашь пальчиковая, карточки с указанием пословиц.

**Ход занятия:**

Приветствие

**Упр. 1. «Картина настроения» (ритуал занятия)**

*Цель:* снижение уровня эмоционального напряжения, настрой на дальнейшую работу.

*Инструкция:* я предлагаю вам выполнить цветы из бумаги, тон которых должен соответствовать вашему настроению, затем, на итоговом занятии, мы все эти цветы соберем в общую картину. Данная картина станет символом нашей работы.

*Обсуждение*

- С каким цветом у вас ассоциация своего настроения?

**Упр. 2. «В картинной галерее»**

*Цель:* коррекция образа родительства.

*Инструкция:* в галерею выставляются рисунки семьи в настоящем и будущем. Семья проводит презентацию своих картин. Затем делятся своими мыслями и чувствами.

*Обсуждение:*

– Удалось ли подчеркнуть индивидуальность семьи в собственных картинках?

### **Упр. 3. «Последняя встреча»**

*Цель:* осознание лично значимого, достижение атмосферы доверия и сплоченности.

*Инструкция:* родитель и ребенок садятся в круг лицом друг к другу.

«Закройте глаза и представьте себе, что вы встретились в последний раз. Подумайте, что бы Вы хотели сказать близкому человеку (своему родителю, ребенку). Откройте глаза и скажите».

Участники по очереди или по желанию высказываются: «Я – высказывание» адресовано, близкому человеку.

Участники делятся впечатлениями от работы, высказывают свои чувства, подводя итог вопросам.

*Обсуждение:*

– В чем была основная трудность при выполнении данного упражнения?

– Совпадали ли «Я – высказывания» у родителей и детей?

– Что нового Вы узнали друг о друге (родители о детях)?

### **Упр. 4. «Фамильный герб»**

*Цель:* концентрация на главных ценностях семьи; осознание целей своей жизни.

*Инструкция:* в старину был обычай изображать на воротах основную идею или цель деятельности владельца. Каждому из вас в паре «родитель – ребенок» необходимо нарисовать свой фамильный герб, который отражает Ваше жизненное Кредо, отношение к семье, к миру в целом – ваша жизненная позиция семьи. На рисунок герба дается не более 10 минут. Можете рисовать как умеете, здесь важно выражение основной идеи Вашей семьи».

Затем пары участники «родитель – ребенок» представляют собственные гербы.

*Обсуждение:*

– Кто руководил работой в паре «родитель – ребенок»?

– В чем была основная трудность в выполнении данного упражнения?

– Совпали ли ожидания родителей и детей в полученном гербе?

***Заключительная рефлексия***

– Чему вы научились на занятиях?

– Где это в жизни может пригодиться?

**Методика идентификации детей с родителями**

*Опросник А.И. Зарова*

**Ребенку задают следующий набор вопросов.**

1. Если бы ты участвовал в игре «Семья», то кого бы стал изображать, кем бы в ней стал – мамой, папой или собой? (Для устранения суггестивного влияния последние слова в вопросе меняются местами, например: «папой, мамой или собой», «собой, мамой или папой» и т.д. Испытуемые должны сделать выбор между изображением себя и одного из родителей).
2. С кем ты живешь дома? (Кто у тебя есть дома? – для дошкольников).
3. Кто в семье, по-твоему, главный из родителей или в семье нет главного?
4. Когда ты вырастешь, то станешь делать то же, что делает твой папа (мама – у девочек) на работе или другое?
5. Когда ты станешь взрослым и у тебя будет мальчик (девочка – соответственно полу испытуемого), ты будешь так же его воспитывать (играть, заниматься с ним – для дошкольников), как тебя сейчас воспитывает папа (мама – у девочек), или не так, по-другому?
6. Если бы дома долго никого не было, то кого из родителей ты хотел бы видеть в первую очередь? (Как тебе хотелось, чтобы кто первым зашел в комнату? – для дошкольников).
7. Если бы с тобой случилось горе, беда, несчастье (тебя обидел бы кто-нибудь из ребят – у дошкольников), ты бы рассказал об этом папе (маме – у девочек) или не рассказал?
8. Если бы с тобой случилось горе, беда, несчастье (тебя обидел бы кто-нибудь из ребят – у дошкольников), ты бы рассказал об этом маме (папе – у девочек) или не рассказал?
9. Ты боишься, что тебя накажет папа (мама – у девочек) или не боишься?
10. Ты боишься, что тебя накажет мама (папа – у девочек) или не боишься?

## **Обработка и интерпретация результатов**

Посредством первых 5 вопросов диагностируются компетентность и престижность родителей в восприятии детей, остальные вопросы направлены на выявление особенностей эмоциональных отношений с родителями.

При обработке и анализе результатов опроса важно учитывать следующее:

- возраст наиболее выраженной идентификации с родителем того же пола составляет у мальчиков 5–7 лет, у девочек – 3–8 лет;
- успешность идентификации зависит от компетентности и престижности родителя того же пола в представлении детей, а также от наличия в семье идентичного их полу члена прародительской семьи (дедушки – у мальчиков и бабушки – у девочек);
- идентификация с родителем того же пола в семье сопряжена с эмоционально теплыми отношениями с родителем другого пола;
- уменьшение интенсивности идентификации с родителем того же пола обусловлено формированием «Я-концепции, т.е. развитием самосознания, показателем которого служит выбор себя. Выбор себя преобладает у мальчиков с 10 лет, у девочек с 9 лет, отражая возрастающую личностную автономию – эмансипацию – от родительского авторитета;
- идентификация с родителем того же пола у девочек отличается от подобной идентификации у мальчиков следующими особенностями:
  - а) большим возрастным периодом идентификации девочек;
  - б) большей интенсивностью процесса идентификации, т.е. девочки чаще выбирают роль матери, чем мальчики роль отца;
  - в) большей значимостью для идентификации девочек эмоционально теплых и доверительных отношений с матерью, чем этих отношений с отцом у мальчиков;

- г) большей зависимостью идентификации девочек от характера отношений между родителями, когда конфликт матери с отцом отрицательно сказывается на идентификации девочек с матерью;
- д) меньшим влиянием сестры на идентификацию девочек с матерью, чем брата на идентификацию мальчиков с отцом.

**Социально-правовые аспекты  
регулирувания жестокого обращения  
с детьми и подростками**

**Извлечения из Конвенции ООН о правах ребенка**

**Статья 6**

1. Государства-участники признают, что каждый ребенок имеет неотъемлемое право на жизнь.

2. Государства-участники обеспечивают в максимально возможной степени выживание и здоровое развитие ребенка.

**Статья 16**

1. Ни один ребенок не может быть объектом произвольного или незаконного вмешательства в осуществление его права на личную жизнь, семейную жизнь, неприкосновенность жилища или тайну корреспонденции или незаконного посягательства на его честь и репутацию.

2. Ребенок имеет право на защиту закона от такого вмешательства или посягательства.

**Статья 19**

Государства-участники принимают все необходимые законодательные, административные, социальные и просветительные меры с целью защиты ребенка от всех форм физического или психологического насилия, оскорбления или злоупотребления, отсутствия заботы или небрежного обращения, грубого обращения или эксплуатации, включая сексуальное злоупотребление, со стороны родителей, законных опекунов или любого другого лица, заботящегося о ребенке.

**Статья 24**

1. Государства-участники признают право ребенка на пользование наиболее совершенными услугами системы здравоохранения и средствами лечения болезней и восстановления здоровья. Государства-участники стремятся обеспечить, чтобы ни один ребенок не был лишен своего права на доступ к подобным услугам системы здравоохранения.



2. Государства-участники добиваются полного осуществления данного права и в частности принимают необходимые меры для:

- а) снижения уровней смертности младенцев и детской смертности;
- б) обеспечения предоставления необходимой медицинской помощи и охраны здоровья всех детей с уделением первоочередного внимания развитию первичной медико-санитарной помощи;
- в) борьбы с болезнями и недоеданием, в том числе в рамках первичной медико-санитарной помощи, путем, среди прочего, применения легкодоступной технологии и предоставления достаточно питательного продовольствия и чистой питьевой воды, принимая во внимание опасность и риск загрязнения окружающей среды;
- г) предоставления матерям надлежащих услуг по охране здоровья в дородовой и послеродовой периоды;
- д) обеспечения осведомленности всех слоев общества, в частности родителей и детей, о здоровье и питании детей, преимуществах грудного кормления, гигиене, санитарии среды обитания ребенка и предупреждения несчастных случаев, а также их доступа к образованию и их поддержки в пользовании таких знаний;
- е) развития просветительной работы и услуг в области профилактической медицинской помощи.

3. Государства-участники принимают любые эффективные и необходимые меры с целью упразднения традиционной практики, отрицательно влияющей на здоровье детей.

4. Государства-участники обязуются поощрять международное сотрудничество и развивать его с целью постепенного достижения полного осуществления права, признаваемого в настоящей статье. В этой связи особое внимание должно уделяться потребностям развивающихся стран.

### **Статья 27**

1. Государства-участники признают право каждого ребенка на уровень жизни, необходимый для физического, умственного, духовного, нравственного и социального развития ребенка.

2. Родитель (и) или другие лица, воспитывающие ребенка, несут основную ответственность за обеспечение в пределах своих способностей и финансовых возможностей условий жизни, необходимых для развития ребенка.

3. Государства-участники в соответствии с национальными условиями и в пределах своих возможностей принимают необходимые меры по оказанию помощи родителям и другим лицам, воспитывающим детей, в осуществлении этого права и в случае необходимости, оказывают материальную помощь и поддерживают программы, особенно в отношении обеспечения питанием, одеждой и жильем.

4. Государства-участники принимают все необходимые меры для обеспечения восстановления содержания ребенка родителями или другими лицами, несущими финансовую ответственность за ребенка, как внутри государства-участника, так и из-за рубежа. В частности, если лицо, несущее финансовую ответственность за ребенка, и ребенок проживают в разных государствах, государства-участники способствуют присоединению к международным соглашениям или заключению таких соглашений, а также достижению других соответствующих договоренностей.

#### **Статья 34**

Государства-участники обязуются защищать ребенка от всех форм сексуальной эксплуатации и сексуального совращения. В этих целях государства-участники, в частности, принимают на национальном двустороннем и многостороннем уровнях все необходимые меры для предотвращения:

- а) склонения или принуждения ребенка к любой незаконной сексуальной деятельности;
- б) использование в целях эксплуатации детей в проституции или в другой незаконной сексуальной практике;
- в) использование в целях эксплуатации детей в порнографии и порнографических материалах.

#### **Статья 35**

Государства-участники принимают на национальном двустороннем и многостороннем уровнях все необходимые меры для предотвращения похищения детей, торговли детьми или их контрабанды в любых целях и в любой форме.

### **Статья 36**

Государства-участники защищают ребенка от всех других форм эксплуатации, наносящих ущерб любому аспекту благополучия ребенка.

### **Статья 37**

Государства-участники обеспечивают, чтобы:

- а) ни один ребенок не был подвергнут пыткам или другим жестоким, бесчеловечным или унижающим достоинство видам обращения или наказания. Ни смертная казнь, ни пожизненное тюремное заключение, не предусматривающее возможности освобождения, не назначаются за преступления, совершенные лицами моложе 18 лет;
- б) ни один ребенок не был лишен свободы незаконным или произвольным образом. Арест, задержание или тюремное заключение ребенка осуществляются согласно закону и используются лишь в качестве крайней меры и в течение как можно более короткого соответствующего периода времени;
- в) каждый лишенный свободы ребенок пользовался гуманным обращением и уважением неотъемлемого достоинства его личности с учетом потребностей лиц его возраста, в частности, каждый лишенный свободы ребенок должен быть отделен от взрослых, если только не считается, что в наилучших интересах ребенка этого делать не следует, и иметь право поддерживать связь со своей семьей путем переписки и свиданий за исключением особых обстоятельств;
- г) каждый лишенный свободы ребенок имел право на незамедлительный доступ к правовой и другой соответствующей помощи, а также право оспаривать законность лишения его свободы перед судом или другим компетентным, независимым и беспристрастным органом и право на безотлагательное принятие ими решения в отношении любого такого процессуального действия.

### **Статья 39**

Государства-участники принимают все необходимые меры для того, чтобы содействовать физическому или психологическому восстановлению и социальной реинтеграции ребёнка, яв-

ляющегося жертвой: любых видов пренебрежения, эксплуатации и злоупотребления, пыток или любых других жестоких, бесчеловечных или унижающих достоинство видов обращения, наказания или вооружённых конфликтов. Такое восстановление и реинтеграция должны осуществляться в условиях, обеспечивающих здоровье, самоуважение и достоинство ребёнка.

### **Извлечения из Семейного кодекса РФ**

#### **Статья 56. Право ребенка на защиту**

1. Ребенок имеет право на защиту своих прав и законных интересов.

Защита своих прав и законных интересов ребенка осуществляется родителями (лицами их заменяющими), а в случаях, предусмотренных настоящим кодексом, органом опеки и попечительства, прокурором и судом.

Несовершеннолетний, признанный в соответствии с законом полностью дееспособным до достижения совершеннолетия, имеет право самостоятельно осуществлять свои права и обязанности, в том числе право на защиту.

2. Ребенок имеет право на защиту со стороны родителей (лиц, их заменяющих).

При нарушении прав и законных интересов ребенка, в том числе при невыполнении или при ненадлежащем выполнении родителями (одним из них) обязанностей по воспитанию, образованию ребенка либо при злоупотреблении родительскими правами, ребенок вправе самостоятельно обращаться за их защитой в орган опеки и попечительства, а по достижении возраста четырнадцати лет в суд.

#### **Статья 65. Осуществление родительских прав**

1. Родительские права не могут осуществляться в противоречии с интересами детей. Обеспечение интересов детей должно быть предметом основной заботы их родителей.

При осуществлении родительских прав родители не вправе причинять вред физическому и психическому здоровью детей, их нравственному развитию. Способы воспитания детей должны исключать пренебрежительные, жестокие, грубые, уничтожаю-

щие человеческое достоинство обращение, оскорбление или эксплуатацию детей.

Родители, осуществляющие родительские права в ущерб правам и интересам детей, несут ответственность в установленном законом порядке.

### **Извлечения из уголовного кодекса РФ**

**Статья 105.** Убийство.

**Статья 106.** Убийство матерью новорождённого ребёнка.

**Статья 110.** Доведение до самоубийства.

**Статья 111.** Умышленное причинение тяжкого вреда здоровью.

**Статья 116.** Побои.

**Статья 117.** Истязание.

**Статья 121.** Заражение венерической болезнью.

**Статья 126.** Похищение человека.

**Статья 127<sup>1</sup>.** Торговля людьми.

**Статья 127<sup>2</sup>.** Использование рабского труда.

**Статья 130.** Оскорбление.

**Статья 131.** Изнасилование.

**Статья 132.** Насильственные действия сексуального характера.

**Статья 133.** Понуждение к действиям сексуального характера.

**Статья 134.** Половое сношение и иные действия сексуального характера с лицом, не достигшим 14-летнего возраста.

**Статья 135.** Развратные действия.

**Статья 150.** Вовлечение несовершеннолетнего в совершение преступления.

**Статья 230.** Склонение к потреблению наркотических средств или психотропных веществ.

Методическое издание

**Профилактика и коррекция последствий  
жестокости обращения с детьми и подростками**

*Методические рекомендации*

Под редакцией Т.С. Абакумовой, Ю.А. Ковалевой

Компьютерная вёрстка В.Ф. Платонов

Главное управление Алтайского края  
по социальной защите населения  
и преодолению последствий ядерных испытаний  
на Семипалатинском полигоне



Краевое государственное бюджетное учреждение  
социального обслуживания  
«Краевой социально-реабилитационный центр  
для несовершеннолетних «Надежда»

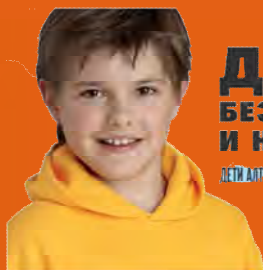


Федеральное государственное бюджетное образовательное  
учреждение высшего профессионального образования  
«Алтайская государственная академия образования  
имени В.М. Шукшина»



## ПРОФИЛАКТИКА И КОРРЕКЦИЯ ПОСЛЕДСТВИЙ ЖЕСТОКОГО ОБРАЩЕНИЯ С ДЕТЬМИ И ПОДРОСТКАМИ

методические  
рекомендации



**ДЕТСТВО  
БЕЗ ЖЕСТОКОСТИ  
И НАСИЛИЯ**

ДЕТИ АЛТАЯ

